

Poniedziałek		04.12.2017	
śniadanie	obiad		podwieczorek
kasza manna na mleku, mieszane pieczywo z masłem, żółty ser, sałata, pomidor, szczypior, herbata z miodem,	biały barszcz, zabieleny na kielbasie z ziemniakami, kluski leniwe z masłem, kompot wieloowocowy,	250-300g 150-200g 150-200g	kajzerka z masłem, wędlna, szpinak, ogórek, pomidor, herbata owocowa, mandarynka,
<b>alergeny</b>			
mleko,gluten,	mleko,gluten,seler,jaja,		mleko,gluten,jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1133kcal			
Wtorek		05.12.2017	
płatki owsiane na mleku, mieszane pieczywo z masłem, biały ser, szczypior, rzodkiewka, herbata z miodem,	zupa ogórkowa, zabieleny z ryżem i zieleniną, pulpet drobiowy w sosie pomidorowym, ziemniaki, fasola szparagowa, kompot truskawkowy,	250-300g 65-90g 150-250g 80-90g 150-200g	bułka graham z masłem i warzywami, herbata owocowa, jabłko,
<b>alergeny</b>			
mleko,gluten,	seler,gluten,mleko,jaja,		mleko,gluten,jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1039kcal			
Środa		06.12.2017	
płatki ryżowe na mleku, mieszane pieczywo z masłem, jajko na twardo, papryka, szpinak, herbata z miodem,	zupa fasolowa, kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty i jabłka, herbata owocowa,	250-300g 65-85g 150-250g 80-95g 150-200g	kajzerka z masłem i dżemem, herbata owocowa, pomarańcza,
<b>alergeny</b>			
mleko,gluten, jaja,	gluten,seler,mleko,jaja,		gluten,jaja,mleko,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1107 kcal			
Czwartek		07.12.2017	
płatki ryżowe na mleku, mieszane pieczywo z masłem, biały ser, szczypior, rzodkiewka, herbata z miodem,	zupa brokułowa, zabieleny z ziemniakami, spaghetti z sosem mięsno-pomidorowym i żółtym serem, ogórek zielony, herbata z cytryną,	250-300g 150-200g 55-65g 150-200g	serek homogenizowany, herbatniki, kiwi,
<b>alergeny</b>			
mleko,gluten,	gluten,seler,jaja,mleko,		jaja,gluten,mleko,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1087kcal			
Piątek		08.12.2017	
płatki owsiane na mleku, mieszane pieczywo z masłem, wędlna, szpinak, papryka, papryka, herbata z miodem,	zupa pomidorowa, zabieleny z ryżem i zieleniną, ryba smażona, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty i marchwi, sok jabłkowy,	250-300g 85-95g 150-250g 80-95g 150-200g	chałka z masłem, herbata owocowa, jabłko,
<b>alergeny</b>			
mleko,gluten,	mleko,jajko,seler,gluten,ryba,		mleko,gluten,jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1103kcal			