

<i>Poniedziałek</i>		<i>19.06.2017</i>	
śniadanie	obiad		podwieczorek
płatki ryżowe na mleku, mieszane pieczywo z masłem, dżem, herbata z miodem,	kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami i koprem, makaron z musem truskawkowym, woda z miodem i cytryna,	250-350g 150-250g 150-200g	kajzerka z masłem, wędlina, sałata, ogórek, pomidor, herbata owocowa,
alergeny			
mleko,gluten,	mleko,gluten,seler,jaja,		mleko,gluten,jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 909kcal			
<i>Wtorek</i>		<i>20.06.2017</i>	
kawa zbożowa na mleku, mieszane pieczywo z masłem, biały ser, rzodkiewka, szczypior, herbata z miodem,	rosół z makaronem i zielenią, kurczak gotowany, ziemniaki, mizeria z jogurtem naturalnym, kompot truskawkowy,	250-350g 65-90g 150-250g 85-100g 150-200g	bułka graham z masłem i warzywami, herbata owocowa, truskawki,
alergeny			
mleko,gluten,	seler,gluten,mleko,jaja,		mleko,gluten,jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1038kcal			
<i>Środa</i>		<i>21.06.2017</i>	
płatki ryżowe na mleku, mieszane pieczywo z masłem, jajko na twardo, sałata, pomidor, szczypior, herbata z miodem,	zupa jarzynowa, zabieleną z ziemniakami i zielenią, spaghetti z sosem mięsno- pomidorowym i żółtym serem, herbata z cytryną,	250-350g 150-250g 150-200g	mieszane pieczywo z masłem, łosoś, ogórek, koper, herbata miętowa, borówki,
alergeny			
mleko,gluten,jaja,	gluten,seler,mleko,jaja,		gluten,mleko,ryba,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1098 kcal			
<i>Czwartek</i>		<i>22.06.2017</i>	
płatki owsiane na mleku, mieszane pieczywo z masłem, biały ser, rzodkiewka, szczypior, herbata z miodem,	zupa pomidorowa, zabieleną z ryżem i zielenią, pieczeń schabowa, ziemniaki, kapusta gotowana, kompot wieloowocowy,	250-350g 85-100g 150-250g 85-100g 150-200g	jogurt owocowy, herbatniki,
alergeny			
mleko,gluten,	seler,mleko,gluten,		mleko,gluten,jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1127kcal			
<i>Piątek</i>		<i>23.06.2017</i>	
kawa zbożowa na mleku, mieszane pieczywo z masłem, żółty ser, sałata, pomidor, ogórek, herbata z miodem,	zupa zacierkowa z zielenią, gulasz wieprzowy, ziemniaki, marchew gotowana, herbata owocowa,	250-350g 150-250g 150-200g	rogal drożdżowy, herbata owocowa, truskawki,
alergeny			
mleko,gluten,	mleko,jajko,seler,gluten,		mleko,gluten,jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1136kcal			