

<i>Poniedziałek</i>   20.03.2017			
śniadanie	obiad		podwieczorek
kawa zbożowa na mleku, mieszane pieczywo z masłem, dżem brzoskwinowy, herbata z miodem,	biały barszcz, zabieleny na kielbasie z ziemniakami, kotlet z jajka, ziemniaki, sałata z jogurtem naturalnym, kompot truskawkowy,	250-350g 85-95g 150-250g  85-100g 150-200g	kajzerka z masłem, wędlina, szpinak, papryka, pomidor, herbata owocowa, jabłko,
<b>alergeny</b>			
mleko,gluten,	mleko,gluten,seler,jaja,		mleko,gluten,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1001 kcal			
<i>Wtorek</i>   21.03.2017			
lane kluski na mleku, mieszane pieczywo z masłem, żółty ser, sałata, pomidor, szczypior, ogórek, herbata z miodem,	biała ryżanka z zieleniną, pieczeń z indyka, ziemniaki, marchew z groszkiem, herbata owocowa,	250-350g 65-90g 150-250g 85-100g 150g	jogurt owocowy, wafel ryżowo-zbożowy, banan,
<b>alergeny</b>			
mleko,gluten,jaja,	seler,gluten,mleko,		mleko,gluten,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1017 kcal			
<i>Środa</i>   22.03.2017			
kakao na mleku, mieszane pieczywo z masłem, biały ser, rzodkiewka, szczypior, herbata z miodem,	krupnik jaglana z zieleniną, kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty, marchwi i szczypioru, kompot wieloowocowy,	250-350g 65-90g 150-250g  85-100g 150-200g	mieszane pieczywo z masłem i warzywami, mięta, jabłko,
<b>alergeny</b>			
mleko,gluten,	gluten,seler,mleko,jaja,		mleko,gluten,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1124 kcal			
<i>Czwartek</i>   23.03.2017			
płatki owsiane na mleku, mieszane pieczywo z masłem, serek homogenizowany, herbata z miodem,	zupa pomidorowa, zabieleną z makaronem i zieleniną, ryba w warzywach, ziemniaki, woda z miodem i cytryną,	250-350g 100g-150g 150-250g 150-200g	kajzerka z masłem, pasta jajeczna ze szczypiosem, herbata owocowa, gruszka,
<b>alergeny</b>			
mleko,gluten,	gluten,seler,mleko,jaja,ryba,		mleko,jajko,gluten,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1093kcal			
<i>Piątek</i>   24.03.2017			
płatki ryżowe na mleku, mieszane pieczywo z masłem, wędlina, sałata, pomidor, papryka, ogórek, herbata z miodem,	czerwony barszcz, zabieleny z ziemniakami, naleśniki z białym serem i musem truskawkowym, kompot jabłkowy,	250-350g  150-250g 150-200g 85-100g	rogal drożdżowy, jogurt owocowy, kiwi,
<b>alergeny</b>			
mleko,gluten,	mleko,jajko,seler,gluten,		mleko,gluten,jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1167kcal			