

<i>Poniedziałek</i> 30.01.2017			
śniadanie	obiad		podwieczorek
płatki owsiane na mleku, mieszane pieczywo z masłem, jajko na twardo, papryka, sałata, herbata z miodem,	biały barszcz, zabieleny na kiełbasie z ziemniakami, makaron z białym serem i musem truskawkowym, herbata owocowa,	250-350g 150-250g 150-200g	kajzerka z masłem, wędlna, sałata, ogórek, pomidor, herbata owocowa, mandarynka,
alergeny			
mleko, gluten, jaja,	mleko, gluten, seler, jaja,		mleko, gluten,
Kaloryczność na trzy posiłki: 998 kcal			
<i>Wtorek</i> 31.01.2017			
kakao na mleku, mieszane pieczywo z masłem, biały ser, szczypior, rzodkiewka, herbata z miodem,	krupnik jaglany z zieleniną, pieczeń z indyka, ziemniaki, surówka z marchwi i jabłka, kompot wieloowocowy,	250-350g 85-100g 150-300g 85-100g 150-200g	jogurt waniliowy, wafel ryżowo-zbożowy, jabłko,
alergeny			
mleko, gluten,	seler, gluten, mleko,		mleko, gluten,
Kaloryczność na trzy posiłki: 987 kcal			
<i>Środa</i> 01.02.2017			
kasza manna na mleku, mieszane pieczywo z masłem, wędlna, sałata, pomidor, ogórek, herbata z miodem,	zupa jarzynowa z ziemniakami i zieleniną, spaghetti z sosem mięsno-pomidorowym i żółtym serem, surówka z białej kapusty, marchwi i szczypioru, woda z miodem i cytryną,	250-350g 150-250g 85-100g 150-200g	czekolada na gorąco, rogal drożdżowy, banan,
alergeny			
mleko, gluten,	gluten, seler, mleko, jaja,		mleko, gluten, jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1153 kcal			
<i>Czwartek</i> 02.02.2017			
lane kluski na mleku, mieszane pieczywo z masłem, dżem truskawkowy, herbata z miodem,	zupa grochowa z ziemniakami i zieleniną, pierogi z mięsem, surówka z kiszzonego ogórka i marchwi, kompot truskawkowy, kiwi,	250-350g 150-250g 85-100g 150-200g 85-100g	mieszane pieczywo z masłem, pasta łososiowo-jajeczna ze szczypiolem i koprem, mięta, mandarynka,
alergeny			
mleko, gluten,	gluten, seler, jaja,		mleko, jajko, gluten, ryba,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1065 kcal			
<i>Piątek</i> 03.02.2017			
kawa ryżowe na mleku, mieszane pieczywo z masłem, wędlna, sałata, pomidor, papryka, herbata z miodem,	zupa pomidorowa, zabieleny z makaronem i zieleniną, ryba smażona, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej, rzodkiewki i szczypioru, sok jabłkowy,	250-350g 95-110g 150-300g 85-100g 150-200g	jogurt owocowy, bułka maślana, kiwi,
alergeny			
mleko, gluten,	mleko, jajko, seler, gluten, ryba,		mleko, gluten, jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1034 kcal			