**ZESTAW II**

| **DZIEŃ** | **I ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** |
| --- | --- | --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło,sałata, szynka drobiowa, zielony ogórek,Napój: herbata owocowa, wodaAlergeny: gluten, mleko, 340 kcal | Jogurt z kawałkami gorzkiej czekolady, JabłkoNapój: woda 200 kcalAlergeny: mleko, laktoza | I danie: zupa kalafiorowaAlergeny: seler 157 kcalII danie: pyzy w sosie truskawkowymAlergeny: mleko, gluten 307 kcal |
| **WTOREK** | Pieczywo mieszane, masło, szynka wieprzowa, pomidor, kiełki brokuła, sałata 320 kcalNapój: herbata czarna z cytryną, wodaAlergeny :gluten, mleko, | Budyń waniliowy,Winogrono 190 kcalNapój: wodaAlergeny: mleko, laktoza | I danie: rosół z makaronemAlergeny: seler, jaja, gluten 206 kcalII danie: potrawka z kurczaka, ryż, marchewka z groszkiemAlergeny: seler, gluten 325 kcal |
| **ŚRODA**  | Kanapka: pieczywo mieszane, masło, bułka grahamka, pasta z białego sera i tuńczyka, dżem truskawkowy, papryka,Napój: herbata miętowa, wodaAlergeny: gluten, mleko, laktoza, ryba 320 kcal | Banan,Wafle ryżowe,Napój: woda220 kcal | I danie: zupa ogórkowaAlergeny: seler 150 kcalII danie: makaron trójkolorowy, chili con carne Alergeny: gluten 360 kcal |
|  **CZWARTEK** | Kanapka: pieczywo mieszane masło, ser kanapkowy, rzodkiewki, szynka drobiowa, pomidorNapój: herbata owocowa, wodaAlergeny:gluten,mleko,laktoza 340 kcal | Skyr waniliowy, ArbuzNapój: wodaAlergeny: mleko, laktoza180 kcal | I danie: krem z białych warzyw180 kcalII danie: udko pieczone, kasza bulgur, sos pieczeniowy z warzywami Alergeny: gluten 352 kcal |
|  **PIĄTEK** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło, pasta jajeczna, szczypiorek, ogórek zielony, ser żółtyNapój: herbata czarna, wodaAlergeny: gluten, jajka, mleko 350 kcal | Jogurt naturalny z żurawiną,Chrupki kukurydzianeNapój: woda 220 kcalAlergeny: mleko, laktoza | I danie: kremik z batatów i marchewkiAlergeny: seler, gluten 199 kcalII danie: naleśniki z serkiem waniliowymAlergeny: gluten, jaja, mleko 363 kcal  |