**ZESTAW II**

| **DZIEŃ** | **I ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** |
| --- | --- | --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło,  sałata, szynka drobiowa, zielony ogórek,  Napój: herbata owocowa, woda  Alergeny: gluten, mleko, 340 kcal | Jogurt z kawałkami gorzkiej czekolady, Jabłko  Napój: woda 200 kcal  Alergeny: mleko, laktoza | I danie: zupa kalafiorowa  Alergeny: seler 157 kcal  II danie: pyzy w sosie truskawkowym  Alergeny: mleko, gluten 307 kcal |
| **WTOREK** | Pieczywo mieszane, masło, szynka wieprzowa, pomidor, kiełki brokuła, sałata 320 kcal  Napój: herbata czarna z cytryną, woda  Alergeny :gluten, mleko, | Budyń waniliowy,  Winogrono 190 kcal  Napój: woda  Alergeny: mleko, laktoza | I danie: rosół z makaronem  Alergeny: seler, jaja, gluten 206 kcal  II danie: potrawka z kurczaka, ryż, marchewka z groszkiem  Alergeny: seler, gluten 325 kcal |
| **ŚRODA** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło, bułka grahamka, pasta z białego sera i tuńczyka, dżem truskawkowy, papryka,  Napój: herbata miętowa, woda  Alergeny: gluten, mleko, laktoza, ryba 320 kcal | Banan,  Wafle ryżowe,  Napój: woda  220 kcal | I danie: zupa ogórkowa  Alergeny: seler 150 kcal  II danie: makaron trójkolorowy, chili con carne Alergeny: gluten 360 kcal |
| **CZWARTEK** | Kanapka: pieczywo mieszane masło, ser kanapkowy, rzodkiewki, szynka drobiowa, pomidor  Napój: herbata owocowa, woda  Alergeny:gluten,mleko,laktoza 340 kcal | Skyr waniliowy, Arbuz  Napój: woda  Alergeny: mleko, laktoza  180 kcal | I danie: krem z białych warzyw  180 kcal  II danie: udko pieczone, kasza bulgur, sos pieczeniowy z warzywami  Alergeny: gluten 352 kcal |
| **PIĄTEK** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło, pasta jajeczna, szczypiorek, ogórek zielony, ser żółty  Napój: herbata czarna, woda  Alergeny: gluten, jajka, mleko 350 kcal | Jogurt naturalny z żurawiną,  Chrupki kukurydziane  Napój: woda 220 kcal  Alergeny: mleko, laktoza | I danie: kremik z batatów i marchewki  Alergeny: seler, gluten 199 kcal  II danie: naleśniki z serkiem waniliowym  Alergeny: gluten, jaja, mleko 363 kcal |