**ZESTAW IV**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ** | **I ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** |
| **PONIEDZIAŁEK** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło, żółty ser, szynka drobiowa, rzodkiewka, sałata,  Napój: herbata miętowa, woda  Alergeny: mleko, gluten, laktoza 325 kcal | Skyr , Jabłko  Napój: woda 180 kcal  Alergeny: mleko, laktoza | I danie: zupa pomidorowa z makaronem  Alergeny: gluten, seler 200 kcal  II danie: kopytka w sosie truskawkowym  Alergeny: jaja 312 kcal |
| **WTOREK** | Płatki kukurydziane (bez cukru) na mleku,  Kanapka: pieczywo mieszane, pasta warzywna, masło, sałata, pomidor,  Napój: herbata czarna z cytryną, woda  Alergeny: gluten, mleko, laktoza 350kcal | Wafle ryżowe z masłem orzechowym, gruszka  Napój: woda  Alergeny: gluten 200 kcal | I danie: Zupa ogórkowa  Alergeny: seler 150 kcal  II danie: makaron w sosie bolońskim z warzywami  Alergeny: gluten 364,4 kcal |
| **ŚRODA** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło, jajko na twardo, szynka drobiowa, ogórek kiszony,  Napój: herbata owocowa, woda 350 kcal  Alergeny: gluten, mleko, jaja | Jogurt naturalny z żurawiną, śliwki  Napój: woda  Alergeny: mleko, laktoza, gluten 210 kcal | I danie: grochóweczka z kiełbaską 150 kcal  II danie: gnocchi, sos pieczeniowy, marchewka juniorka  Alergeny: gluten, jaja 310 kcal |
| **CZWARTEK** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem, schab pieczony, ogórek zielony,  Napój: herbata czarna, woda  Alergeny: mleko, gluten, laktoza 340 kcal | Koktajl: Kefir z wiśniami i bananem  chrupki ryżowe  Napój: woda 200 kcal  Alergeny: mleko, laktoza | I danie: kremik kalafiorowy  Alergeny: seler 150 kcal  II danie: pulpecik wieprzowy, ryż, sos włoski z warzywami  Alergeny: jajka, gluten 347,4 kcal |
| **PIĄTEK** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło, dżem, pomidor, serek kanapkowy  Napój: herbata owocowa, woda  Alergeny: mleko, gluten, laktoza 350 kcal | Kaszka manna , Brzoskwinia  Napój: woda 190 kcal  Alergeny: mleko, laktoza | I danie: barszczyk z muszelkami  Alergeny: gluten, seler, jaja 190 kcal  II danie: filecik rybny, ziemniaki, sałatka z ogórka kiszonego  Alergeny: ryba, gluten 340 kcal |