**ZESTAW V**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ TYGODNIA** | **I ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** |
| **PONIEDZIAŁEK** | Kanapka: pieczywo mieszane, chleb graham, masło, ser żółty, szynka konserwowa, ogórek zielony, rzodkiewkaNapój: herbata owocowaAlergeny: gluten, mleko, 340 kcal  | banan biszkopt sok owocowyAlergeny: gluten, 200 kcal  | I danie: zupa koperkowa z groszkiem ptysiowym(142 kcal)II danie: makaron z twarogiem (314 kcal) woda Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko  |
| **WTOREK** | Zupa: płatki owsiane z żurawiną i mlekiemKanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka drobiowa,pomidorNapój: herbata z cytrynąAlergeny: gluten, mleko, 350 kcal  | chleb tostowy, masło, powidła śliwkowewodaAlergeny: mleko, gluten 220 kcal  | I danie: krem z kiszonego ogórka (150 kcal)II danie: gulasz wieprzowo - warzywny, kasza bulgur, (337kcal)Woda Alergeny: seler, gluten  |
| **ŚRODA** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło, bułka kajzerka, kiełbasa dębowa, papryka, kiełki z rzodkiewki, herbata miętowaAlergeny: mleko, gluten, 370 kcal  | jogurt naturalny z ziarnami zbóż gruszkawodaAlergeny: gluten, mleko 220 kcal  | I danie: barszcz biały(180kcal)II danie: pierogi z mięsem i cebulką, surówka z pora (300 kcal), wodaAlergeny: gluten, seler, jaja  |
| **CZWARTEK** | Kanapka: pieczywo mieszane masło, pieczony indyk, ser topiony, pomidor, Ogórek zielonyNapój: herbata rumiankowaAlergeny: gluten, mleko350kcal  | paluch serowyjabłkowodaAlergeny: mleko, gluten 250 kcal | I danie: zupa wielowarzywna (149 kcal)II danie: udko pieczone, ziemniaki, mizeria (340kcal), wodaAlergeny:seler,mleko  |
| **PIĄTEK** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło, pasta rybna, biały ser, ogórek kwaszony, papryka, herbata Alergeny: mleko,ryba, gluten 360kcal  | Jogurt owocowychrupki kukurydzianewodaAlergeny: mleko 240 kcal  | I danie: krem marchewkowy (140 kcal)II danie: naleśniki z dżemem (363 kcal) wodaAlergeny:mleko,jaja,gluten  |