**ZESTAW V**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ TYGODNIA** | **I ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** |
| **PONIEDZIAŁEK** | Kanapka: pieczywo mieszane, chleb graham, masło, ser żółty, szynka konserwowa, ogórek zielony, rzodkiewka  Napój: herbata owocowa  Alergeny: gluten, mleko, 340 kcal | banan  biszkopt  sok owocowy  Alergeny: 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 mlekiem  Kanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka drobiowa,pomidor  Napój: herbata z cytryną  Alergeny: gluten, mleko, 350 kcal | chleb tostowy, masło, powidła śliwkowe  woda  Alergeny: 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 miętowa  Alergeny: mleko, gluten, 370 kcal | jogurt naturalny z ziarnami zbóż  gruszka  woda  Alergeny: gluten, mleko 220 kcal | I danie: barszcz biały(180kcal)  II danie: pierogi z mięsem i cebulką, surówka z pora (300 kcal), woda  Alergeny: gluten, seler, jaja |
| **CZWARTEK** | Kanapka: pieczywo mieszane masło, pieczony indyk, ser topiony, pomidor,  Ogórek zielony  Napój: herbata rumiankowa  Alergeny: gluten, mleko350kcal | paluch serowy  jabłko  woda  Alergeny: mleko, gluten 250 kcal | I danie: zupa wielowarzywna (149 kcal)  II danie: udko pieczone, ziemniaki, mizeria (340kcal), woda  Alergeny:seler,mleko |
| **PIĄTEK** | Kanapka: pieczywo mieszane, masło, pasta rybna, biały ser, ogórek kwaszony, papryka, herbata Alergeny: mleko,ryba, gluten 360kcal | Jogurt owocowy  chrupki kukurydziane  woda  Alergeny: mleko 240 kcal | I danie: krem marchewkowy (140 kcal)  II danie: naleśniki z dżemem (363 kcal) woda  Alergeny:mleko,jaja,gluten |