**ZESTAW V**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ TYGODNIA** | **I ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** |
| **PONIEDZIAŁEK** | **Kanapka:** pieczywo mieszane, chleb razowy, masło, twarożek kanapkowy, szczypiorek, rzodkiewka, szynka konserwowa, ogórek zielony, **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 (272 kcal)woda**Alergeny: seler, gluten, jaja , mleko**  |
| **WTOREK** | Płatki owsiane z mlekiem, pieczywo mieszane, masło, szynka drobiowa, pomidor**Napój:** herbata z cytryną**Alergeny: gluten, mleko, 350 kcal**  | dip serowy z ziołamisłupki marchewki, ogórek zielonywoda**Alergeny: mleko 220 kcal**  | **I danie:**  krem z kiszonego ogórka (150 kcal)**II danie**: gulasz wieprzowo-warzywny, kasza bulgur (320kcal)Woda**Alergeny: seler , gluten**  |
| **ŚRODA** | **Kanapka:** pieczywo mieszane, masło, bułka kajzerka, ser salami, kiełbasa dębowa, papryka, herbata miętowa**Alergeny: mleko, gluten, 370 kcal**  | jogurt naturalny z musem truskawkowymchrupki wielozbożowewoda**Alergeny: gluten, mleko 220 kcal**  | **I danie**: biały barszcz (180 kcal)**II danie**: udko pieczone, ziemniaki, mizeria (300 kcal), woda**Alergeny: seler, mleko, gluten**  |
| **CZWARTEK** | pieczywo mieszane masło, pieczony indyk, ser topiony, pomidor, Ogórek, herbata rumiankowa**Alergeny: gluten, mleko 350 kcal**  | sok marchwiowychrupki kukurydziane**Alergeny: 240 kcal**  | **I danie:** zupa wielowarzywna (149 kcal)**II danie**: kopytka z sosem pieczeniowym, surówka porowa z kiszonym ogórkiem (340kcal),**Alergeny gluten, seler, jajo**  |
| **PIĄTEK** | pieczywo mieszane, masło, pasta rybna, biały ser, ogórek kwaszony, herbata**Alergeny: mleko,ryba,gluten 360kcal**  | herbatniki bebejabłkokawa z mlekiem**Alergeny: mleko, gluten 250 kcal** | **I danie:** krem marchewkowy (140 kcal)**II danie**: naleśniki z dżemem (370 kcal)woda**Alergeny: seler, mleko , jaja**  |