

Dzień	15 grudnia 2023 Piątek	16 grudnia 2023 Sobota	17 grudnia 2023 Niedziela	18 grudnia 2023 Poniedziałek	19 grudnia 2023 Wtorek	20 grudnia 2023 Środa	21 grudnia 2023 Czwartek	22 grudnia 2023 Piątek	23 grudnia 2023 Sobota	24 grudnia 2023 Niedziela
<b>Śniadanie</b>	Salatka jarzynowa 150g( <b>jaja, mleko, seler</b> ), Ogórek kwaszony 50g, Rukola 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Poledwica z pasieki NIK-POL 80g, Mix салат 10g, Pomidorki cherry 20g, Serek wiejski 30g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Szynka mozaikowa NIK-POL 70g, Rukola 10g, Pomidor 50g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Poledwica z pasieki NIK-POL 60g, Salata zielona 10g, Pomidor 30g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Jogurt naturalny Skyr 150g( <b>mleko</b> ), Herbata 200ml	Pasta mięsna 100g, Ogórek kwaszony 50g, Pomidor cherry 20g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Tatrzańska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 60g, Pomidor 50g, Salata zielona 10g, Pasta z twarogu z pietruszką 60g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Szynka mozaikowa NIK-POL 60g, Pomidor 50g, Salata zielona 10g, Pasta z twarogu z pietruszką 60g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Pasta z tuńczyka i twarogu 120g( <b>ryba, mleko</b> ), Pomidor 50g, Rukola 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Poledwica z pasieki NIK-POL 80g, Mix салат 10g, Pomidorki cherry 20g, Serek wiejski 30g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Pasta jajeczna 80g( <b>jaja, mleko</b> ), Salata zielona 10g, Papryka świeża 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml
<b>Obiad</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem, serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g(250g/100g) (zboża zawierające <b>gluten, soja, jaja, mleko</b> ), Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem, twarogiem, margaryną 150g(zboża zawierające <b>gluten, jaja, mleko</b> ), Jogurt Skyr naturalny 150g( <b>mleko</b> )	Zupa solferino 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Gulasz wieprzowy gotowany 150g(90g/60g)(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kasza jęczmienna z olejem roślinnym 200g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Salatka z ogórków kiszonych z olejem roślinnym 120g( <b>seler</b> ), Papryka konserwowa 30g( <b>dwutlenek siarki i siarczyny, gorczyca, seler</b> ), Herbata 250ml, Kanapka z tuńczykiem, sałatą zieloną, pomidorem i margaryną 90g(zboża zawierające <b>gluten, ryba, soja, mleko</b> )	Rosół z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, jaja, seler</b> ), Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym 200g(160g/40g)(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Buraczki zasmażane 120g(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Herbata 250ml, Pomarańcza 70g, Kanapka z pastą twarogową, kielbasą żywiecką, pomidorem i margaryną 100g(zboża zawierające <b>gluten, soja, seler, mleko, gorczyca</b> )	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, soja, jaja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Brokuł 50g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną 70g(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> )	Zupa ziemniaczana z jarzynami 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler, mleko</b> ), Gulasz wieprzowy 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, seler, mleko</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Brokuł 50g, Herbata 250ml, Kanapka z poledwicą drobiową, pomidorem i margaryną 80g(zboża zawierające <b>gluten</b> )	Koperkowa z zacierką bez zabielenia 350ml(zboża zawierające <b>gluten, jaja, seler, soja, gorczyca, lubin</b> ), Filet z piersi kurczaka gotowany w sosie własnym 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z selera, marchwi i jabłka ze śmietaną 120g( <b>seler, mleko</b> ), Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem gotowanym, wędliną drobiową, sałatą zieloną i margaryną 110g(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> )	Zupa z cukinii z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Pulpet z ryby gotowany 100g(zboża zawierające <b>gluten, jaja, ryba</b> ), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g( <b>seler, gorczyca</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, Brokuł 50g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem gotowanym i pomidorem 120g(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja</b> )	Zupa solferino 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Gulasz wieprzowy gotowany 150g(90g/60g)(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kasza jęczmienna z olejem roślinnym 200g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Salatka z ogórków kiszonych z olejem roślinnym 120g( <b>seler</b> ), Papryka konserwowa 30g( <b>dwutlenek siarki i siarczyny, gorczyca, seler</b> ), Herbata 250ml, Kanapka z tuńczykiem, sałatą zieloną, pomidorem i margaryną 90g(zboża zawierające <b>gluten, ryba, soja, mleko</b> )	Zupa brokułowa 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Pierogi z kaszą gryczaną, serem i masłem 350g (zboża zawierające <b>gluten, jaja, mleko</b> ), Herbata 250ml Kanapka z tuńczykiem, twarogiem, sałatą zieloną, pomidorem i masłem 150g(zboża zawierające <b>gluten, ryba, mleko</b> )	
<b>Kolacja/ Posilek nocny</b>	Pasta z ryby, śledź w pomidorach i twarogiem 100g( <b>ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki</b> ), Salata zielona 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt Skyr naturalny 150g( <b>mleko</b> )	Udziec z indyka w galarecie, Łukosz 70g( <b>soja, mleko, seler, gorczyca</b> ), Roszponka 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt Skyr naturalny 150g( <b>mleko</b> )	Wieprzowina z Zapiecka NIK-POL 50g, Salata zielona 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 120g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Twarożek z pietruszką 70g( <b>mleko</b> ), Herbata 250ml	Tatrzańska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 50g, Pomidor 50g, Pasta z twarogu z koperkiem 50g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Kielbasa żywiecka KRAINA WĘDLIN 70g(zboża zawierające <b>gluten, mleko, soja, seler, gorczyca</b> ), Salata zielona 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Sok pomidorowy Tymbark 330ml	Szynka wiejska NIK-POL 60g, Roszponka 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt SKYR naturalny 150g( <b>mleko</b> )	Poledwica z pasieki NIK-POL 70g, Rukola 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Ogórek kiszony 50g	Pasta pomidorowo-twarogowa 90g( <b>mleko</b> ), Salata zielona 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g( <b>mleko</b> )	Udziec z indyka w galarecie, Łukosz 70g( <b>soja, mleko, seler, gorczyca</b> ), Roszponka 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Jogurt Skyr naturalny 150g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Barszcz czerwony czysty 200ml ( <b>seler</b> ), Ryba po grecku 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, ryba, seler</b> ) Salata zielona 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml