

Dzień	24 stycznia 2024 Środa	25 stycznia 2024 Czwartek	26 stycznia 2024 Piątek	27 stycznia 2024 Sobota	28 stycznia 2024 Niedziela	29 stycznia 2024 Poniedziałek	30 stycznia 2024 Wtorek	31 stycznia 2024 Środa	1 lutego 2024 Czwartek	2 lutego 2024 Piątek	
Śniadanie	Galaretką drobiowa 150g(seler), Cytryna 10g, Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pasta z twarogu z wędliną 100g(mleko), Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Salatka jarzynowa 150g(jaja, mleko, seler), Ogórek kwaszony 50g, Rukola 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Jogurt Skyr naturalny 100g(mleko), Herbata 250ml, Pomidorki cherry 50g	Piecówka z Bobrownik NIK-POL 50g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Jogurt Skyr naturalny 100g(mleko), Herbata 250ml	Szynka mozaikowa NIK-POL 70g, Rukola 10g, Pomidor 50g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Poledwica z pasieki NIK-POL 60g, Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Jogurt naturalny Skyr 150g(mleko), Herbata 250ml	Pasta mięsna 110g, Ogórek kwaszony 50g, Pomidor cherry 20g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pasta mięsna 110g, Ogórek kwaszony 50g, Pomidor cherry 20g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Tatrzańska drobiowa z Zapiecką NIK-POL 60g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Szynka mozaikowa NIK-POL 60g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pasta z tuńczyka i twarogu 120g(ryba, mleko), Pomidor 50g, Rukola 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml
Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Pulpet wieprzowo-drobiowy gotowany w sosie pomidorowym 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, jaja, seler), Kasza jęczmienna 200g(zboża zawierające gluten, jaja), Sałatka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, Brokuł 50g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem, wędliną i margaryną 110g(zboża zawierające gluten, jaja)	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Mix salat z marchewką i olejem roślinnym 90g, Herbata 250ml, Kanapka z szynką drobiową, twarogiem, pomidorem i margaryną 140g(zboża zawierające gluten, mleko)	Barszcz czerwony z ziemniakami i ciecierzycą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron pełnoziarnisty z serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g(250g/100g)(zboża zawierające gluten, soja, jaja, mleko), Brokuł 50g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem, twarogiem, margaryną i pomidorem 150g(zboża zawierające gluten, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Bitka ze schabu gotowana w sosie własnym 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata zielona z olejem roślinnym 100g, Herbata 250ml, Kanapka z pastą z twarogu, wędliną, pomidorem i margaryną 110g(zboża zawierające gluten, mleko)	Rosół z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, seler), Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym 200g(160g/40g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Buraczki zasmażane 120g(zboża zawierające gluten, mleko), Herbata 250ml, Kanapka z pastą z twarogową, kiełbasą żywiecką, pomidorem i margaryną 100g(zboża zawierające gluten, soja, seler, mleko, gorczyca)	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, jaja, seler), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną 70g(zboża zawierające gluten, jaja)	Zupa ziemniaczana z jarzynami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), 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 100g(zboża zawierające gluten)	Koperkowa z zacierką bez zabelania 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, seler, soja, gorczyca, lubin), Filet z piersi kurczaka gotowany w sosie własnym 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, Brokuł 50g, Herbata 250ml, Kanapka z wędliną drobiową, pomidorem i margaryną 110g(zboża zawierające gluten, jaja)	Zupa z cukinii z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko, jaja), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(120g/30g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, Brokuł 50g, Herbata 250ml, Kanapka z wędliną drobiową, pomidorem i margaryną 100g(zboża zawierające gluten, jaja)	Zupa ryżowa bez zabelania 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Pulpet z ryby gotowany 100g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Jabłko 50g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem gotowanym i pomidorem 120g(zboża zawierające gluten, mleko, jaja)	
Kolacja/Posilek nocny	Piecówka z Bobrownik NIK-POL 80g, Ogórek świeży 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Pomidorki cherry 40g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 80g(ryba, soja, mleko), Roszponka 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Papryka konserwowa 30g(dwutlenek siarki, siarczyny, gorczyca, seler)	Pasta z ryby, śledź w pomidorach i twarogiem 100g(ryba, mleko, soja, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt Skyr naturalny 150g(mleko)+otręby owsiane 10g(zboża zawierające gluten)	Ser żółty 10g(mleko), Jajko gotowane 60g(jaja), Rukola 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabelana 250ml(zboża zawierające gluten), Kiwi 50g	Wieprzowina z Zapiecką NIK-POL 40g, Sałata zielona 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Twarożek z pietruszką 70g(mleko), Herbata 250ml, Pomarańcza 70g	Tatrzańska drobiowa z Zapiecką NIK-POL 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Pasta z twarogu z koperkiem 50g(mleko)	Kiełbasa żywiecka KRAINA WĘDLIN 70g(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler, gorczyca), Sałata zielona 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Sok pomidorowy 330ml	Szynka wiejska NIK-POL 60g, Roszponka 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt SKYR naturalny 150g(mleko)	Poledwica z pasieki NIK-POL 70g, Rukola 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabelana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Ogórek kiszony 50g	Pasta pomidorowo-twarogowa 90g(mleko), Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)	

* substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionym drukiem w odniesieniu do załącznika

* możliwe odchylenia +/- 10 %