

Dzień	4 stycznia 2024 Czwartek	5 stycznia 2024 Piątek	6 stycznia 2024 Sobota	7 stycznia 2024 Niedziela	8 stycznia 2024 Poniedziałek	9 stycznia 2024 Wtorek	10 stycznia 2024 Środa	11 stycznia 2024 Czwartek	12 stycznia 2024 Piątek	13 stycznia 2024 Sobota
Śniadanie	Szynka mozaikowa NIK-POL 70g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Pasta z twarogu z pietruszką 30g(mleko), 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	Polędwica z pasieki NIK-POL 60g, Mix sałat 10g, Pomidorki cherry 20g, Serek wiejski 30g(mleko), Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pasta z makreli w pomidorach i twarogu 80g(ryba, mleko), Ogórek świeży 50g, Roszponka 10g, Margaryna Rama100% 10g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Szynka z pasieki 60g NIK-POL, Ser gouda 10g(mleko), Ogórek świeży 50g, Roszponka 10g, Margaryna Rama100% 10g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pasta z twarogu z pietruszką 100g(mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Galaretka 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 120g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Salatka jarzynowa 120g(mleko, jaja, seler), Ogórek kwaszony 50g, Rukola 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Piecówka z Bobrownik NIK-POL 40g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Jogurt Skyr naturalny 150g(mleko), Herbata 250ml
Obiad	Zupa z cukinii z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, seler, jaja, mleko), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 120g(120g/30g) (zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 100g, Brokuł 30g, Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Pulpet z ryby gotowany 100g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Herbata 250ml	Zupa solferino 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Gulasz wieprzowy gotowany 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna 200g(zboża zawierające gluten), Sałatka z ogórków kiszonych z olejem roślinnym 120g, Papryka konserwowa 30g(dwutlenek siarki i siarczyny, gorczyca, seler), Herbata 250ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Pieczeń ze schabu 150g(100g/50g) (zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałatka z pomidorów ze śmietaną 120g(mleko), Kalafior 50g, Herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron pełnoziarnisty 200g(zboża zawierające gluten, soja), Łopatką mielona, wieprzowa, duszona z sosem warzywno-pomidorowym 150g(80g/70g) (zboża zawierające gluten), Sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, Herbata 250ml	Zupa makaronowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(110g/40g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka ze śmietaną 120g(mleko), Herbata 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Pulpet wieprzowo-drobiowy gotowany w sosie warzywno-pomidorowym 150g(100g/50g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler), Kasza jęczmienna 200g(zboża zawierające gluten), Sałata z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, Brokuł 50g, Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(110g/40g) (zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Mix sałat z marchewką i olejem roślinnym 90g, Herbata 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i ciecierzycą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron pełnoziarnisty z serem i dodatkiem oleju roślinnego 150g(100g/50g) (zboża zawierające gluten, soja, jaja, mleko), Brokuł 50g, Herbata 250ml	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
Kolacja/ Posiłek nocny	Polędwica z pasieki NIK-POL 70g, Rukola 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 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)	Udziec z indyka w galarecie, Łukosz 60g(soja, mleko, seler, gorczyca), Roszponka 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny Skyr 150g(mleko)	Szynka mozaikowa ze spizami NIK-POL 80g, Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jabłko 80g	Kielbasa żywiecka ze spizami NIK-POL 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Margaryna Rama100% 10g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt Skyr naturalny 150g(mleko)	Indyk z pasieki NIK-POL 60g, Ser żółty 10g(mleko), Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Papryka świeża 30g	Piecówka z Bobrownik NIK-POL 70g, Ogórek świeży 50g, Masło 10g(mleko), Roszponka 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 120g(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), zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Jogurt Skyr naturalny 150g(mleko)	Ser żółty 10g(mleko), Jajko gotowane 50g(jaja), Rukola 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Kiwi 40g

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

* możliwe odchylenia +/- 10 %