

Dzień	14 marca 2024 Czwartek	15 marca 2024 Piątek	16 marca 2024 Sobota	17 marca 2024 Niedziela	18 marca 2024 Poniedziałek	19 marca 2024 Wtorek	20 marca 2024 Środa	21 marca 2024 Czwartek	22 marca 2024 Piątek	23 marca 2024 Sobota	
<b>Śniadanie</b>	Szynka mozaikowa NIK-POL 60g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Pasta z twarogu z pietruszką 60g(mleko), Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Pasta z tuńczyka i twarogu 120g(ryba, mleko), Pomidor 50g, Rukola 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Półdewica z pasieki NIK-POL 80g, Mix sałat 10g, Pomidorki cherry 20g, Serek wiejski 30g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Pasta z makreli w pomidorach i twarogu 60g(ryba, zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, seler, soja, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki</b> ), Rukola 10g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Szynka z pasieki NIK-POL 60g, Ser gouda 10g(mleko), Ogórek świeży 50g, Roszponka 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Szynka z pasieki NIK-POL 60g, Ser gouda 10g(mleko), Ogórek świeży 50g, Roszponka 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Pasta z twarogu z pietruszką 100g(mleko), Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Galaretka drobiowa 150g(seler), Cytryna 10g, Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Pasta z twarogu z wędliną 100g(mleko), Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Salatka jarzynowa 150g(jaja, mleko, seler), Ogórek kwaszony 50g, Rukola 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Pomidorki cherry 50g	Piecówka z Bobrownik NIK-POL 50g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Jogurt Skyr naturalny 100g(mleko), Herbata 250ml
<b>Obiad</b>	Zupa z cukinii z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler, mleko, jaja</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(120g/30g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), 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 <b>gluten</b> )	Zupa ryżowa bez zabielenia 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(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Jabłko 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, jaja</b> ), Kasza jęczmienna z olejem roślinnym 200g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałatka z ogórków kiszonych z olejem roślinnym 120g(seler), Papryka konserwowa 30g(dwutlenek siarki i siarczyny, gorczyca, seler), Herbata 250ml, Kanapka z tuńczykiem, sałatą zieloną, pomidorem i margaryną 90g(zboża zawierające <b>gluten, ryba, soja, mleko</b> )	Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Pieczeń ze schabu 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, soja</b> ), Łopatką mielona, wieprzowa, duszona z sosem warzywno-pomidorowym 170g(100g/70g)(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego z olejem roślinnym 80g, Herbata 250ml, Kanapka z pastą z twarogu, szynką mozaikową, pomidorem i margaryną 150g(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> )	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Makaron pełnoziarnisty 200g(zboża zawierające <b>gluten, soja</b> ), Łopatką mielona, wieprzowa, duszona z sosem warzywno-pomidorowym 170g(100g/70g)(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego z olejem roślinnym 80g, Herbata 250ml, Kanapka z pastą z twarogu, szynką mozaikową, pomidorem i margaryną 150g(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> )	Zupa makaronowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające <b>gluten, jaja, seler</b> ), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 160g(110g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka ze śmietaną 120g(mleko), Herbata 250ml, Kanapka z wędliną, jajkiem, koperkiem i margaryną 120g(zboża zawierające <b>gluten, jaja, mleko</b> )	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Pulpet wieprzowo-drobiowy gotowany w sosie warzywno-pomidorowym 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja, seler</b> ), Kasza jęczmienna 200g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałata z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, Brokuł 50g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem, wędliną i margaryną 140g(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> )	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100/50)(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Mix sałat z marchewką i olejem roślinnym 90g, Herbata 250ml, Kanapka z szynką drobiową, twaróżkiem, pomidorem i margaryną 140g(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami i ciecierzycą 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Makaron pełnoziarnisty z serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g(250g/100g) (zboża zawierające <b>gluten, soja, jaja, mleko</b> ), Brokuł 50g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem, twarogiem, margaryną i pomidorem 150g(zboża zawierające <b>gluten, jaja, mleko</b> )	Zupa grysikowa 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Bitka ze schabu gotowana w sosie własnym 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), 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 <b>gluten, mleko</b> )	
<b>Kolacja/Posilek nocny</b>	Półdewica z pasieki NIK-POL 70g, Rukola 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Ogórek kiszony 50g	Pasta pomidorowo-twarogowa 90g(mleko), Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)	Udziec z indyka w galarecie, Łukosz 70g(soja, mleko, seler, gorczyca), Roszponka 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt Skyr naturalny 150g(mleko)	Szynka mozaikowa NIK-POL 80g, Sałata zielona 10g, Jabłko 80g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jabłko 100g	Kiełbasa żywiecka ze spiżarni NIK-POL 80g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)	Indyk z pasieki NIK-POL 80g, Ser żółty 10g(mleko), Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Papryka świeża 30g	Piecówka z Bobrownik NIK-POL 80g, Ogórek świeży 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), 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 <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Papryka konserwowa 30g(dwutlenek siarki, siarczyny, gorczyca, seler)	Pasta z ryby, śledź w pomidorach i twarogiem 100g(ryba, mleko), Roszponka 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt Skyr naturalny 150g(mleko)+otręby owsiane 10g(zboża zawierające <b>gluten</b> )	Ser żółty 10g(mleko), Jajko gotowane 60g(jaja), Rukola 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kiwi 50g	

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

\* możliwe odchylenia +/- 10 %