

	środa 2023-11-15	czwartek 2023-11-16	piątek 2023-11-17	sobota 2023-11-18	niedziela 2023-11-19	poniedziałek 2023-11-20	wtorek 2023-11-21
<b>Śniadanie</b>	<p>Kawa zbożowa 200g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (01)</p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 50g (07)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Sałata 50g</p> <p>Chleb pszenny 30g (01)</p> <p>Połudwica z piersi kurczaka 30g (01, 06, 07, 09)</p> <p>Ser Mozzarella light, w zalewie 30g (07)</p> <p>Masło ekstra 10g (07)</p> <p><b>Zupa mleczna z makaronem pszennym 400g (01, 07)</b></p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, gotowany, Sól biała</p>	<p>Kawa zbożowa 200g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (01)</p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 50g (07)</p> <p>Sałata 50g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Chleb pszenny 30g (01)</p> <p>Połudwica z indyka 30g (01, 06, 07, 09)</p> <p>Ser żółty 30g (07)</p> <p>Masło ekstra 15g (07)</p> <p><b>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 400g (01, 07)</b></p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza jęczmienna, perlowa, Sól biała</p>	<p>Kawa zbożowa 200g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (01)</p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 50g (07)</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (07)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Chleb pszenny 30g (01)</p> <p>Szynka miódowa 30g (01, 06, 07, 09)</p> <p>Dżem truskawkowy, niskosłodzony 30g</p> <p>Masło ekstra 15g (07)</p> <p><b>Owsianka (thermomix) 400g (01, 07)</b></p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Woda, Płatki owsiane, Miód pszczeni, Sól biała</p>	<p>Kawa zbożowa 200g</p> <p>Bułka kajzerka 60g (01)</p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 50g (07)</p> <p>Twarożek Domowy grani naturalny 50g (07)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Chleb pszenny 30g (01)</p> <p>Szynka z piersi kurczaka 30g (01, 06, 07, 09)</p> <p>Masło ekstra 15g (07)</p> <p><b>Zupa mleczna z kluskami lanymi 399g (01, 03, 07)</b></p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Jaja kurze całe, Mąka pszenna typ 500, z witaminami, Sól biała</p>	<p>Kawa zbożowa 200g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (01)</p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 50g (07)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Rukola 50g</p> <p>Chleb pszenny 30g (01)</p> <p>Dżem jagodowy, niskosłodzony 30g</p> <p>Masło ekstra 15g (07)</p> <p><b>Zupa mleczna z ryżem 400g (07)</b></p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Ryż biały, Sól biała</p> <p><b>Pasta jajeczna z koperkiem 50g (03, 07)</b></p> <p>Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu, Koper ogrodowy</p>	<p>Kawa zbożowa 250g</p> <p><b>Kasza manna na mleku 400g (01, 07)</b></p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna, Cukier</p> <p><b>Puszyste placki jogurtowe z jabłkiem 1 porcja 191g (01, 03, 07)</b></p> <p>Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 500, Jaja kurze całe, Miód pszczeni, Proszek do pieczenia</p>	<p>Herbata czarna, napar z cukrem 250g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (01)</p> <p>Sałata 50g</p> <p>Rzodkiewka 45g</p> <p>Chleb pszenny 30g (01)</p> <p>Szynka z piersi kurczaka 30g (01, 06, 07, 09)</p> <p>Masło ekstra 15g (07)</p> <p><b>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 400g (01, 07)</b></p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza jęczmienna, perlowa, Sól biała</p> <p><b>Pasta z ciecierzycy 50g</b></p> <p>Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Woda, Oliwa z oliwek, Czosnek, Pasta sezamowa Tahini, Sól biała</p>
<b>II śniadanie</b>	<p>Banan 130g</p>	<p>Pomarańcza 120g</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (07)</p> <p>Borówka 50g</p>	<p>Skyr z owocami, jogurt typu islandzkiego 150g (07)</p>	<p>Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu 100g (07)</p>	<p>Mus owocowy jabłkowo-truskawkowy Truskawkowo 200g</p>	<p>Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu 100g (07)</p>

	środa 2023-11-15	czwartek 2023-11-16	piątek 2023-11-17	sobota 2023-11-18	niedziela 2023-11-19	poniedziałek 2023-11-20	wtorek 2023-11-21
<b>Obiad</b>	<p><b>Kompot z jabłek</b> 250g Woda, Jabłko</p> <p><b>Makaron z sosem miesno - warzywnym Bolognese</b> 350g (01, 03) Makaron spaghetti, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała, Papryka w proszku, Bazylia, suszona</p> <p><b>Zupa kalafiorowa (żywienie zbiorowe)</b> 401g (07, 09) Kości, wywar, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Śmietana, 12% tłuszczu, Cukier, Sól biała, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>	<p>Kompot z wiśni, z cukrem 250g</p> <p>Kasza bulgur, gotowana 250g (01)</p> <p>Surówka z marchwi 150g</p> <p>Surówka z białej kapusty 150g</p> <p><b>Lekkostrawny schab duszony w lekkim sosie</b> 150g (01, 09) Woda, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Mąka pszenna, typ 500, Majeranek suszony, Tymianek suszony, Kostka warzywna bez glutamianu sodu, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p> <p><b>Zupa dyniowa (400 g)</b> 400g (07, 09) Dynia, Bulion mięsny, Pomidor, Ziemniaki, późne, Śmietana, 18% tłuszczu, Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Oliwa z oliwek, Bazylia, świeża</p>	<p>Kompot z wiśni, z cukrem 250g</p> <p><b>Zupa pomidorowa z ryżem (żywienie zbiorowe)</b> 400g (07, 09) Kości, wywar, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Ryż biały, Śmietana, 12% tłuszczu, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe, Sól biała, Liście laurowe, suszone</p> <p><b>Racuchy z owsianą kruszonką i jabłkami 1 porcja</b> 336g (01, 03, 07) Jabłko, Mąka pszenna, typ 550, Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu, Płatki owsiane, Cytryna, Żółtko jaja kurzego, Drożdże piekarskie, prasowane, Miód pszczeli, Masło ekstra, Cynamon w proszku</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 250g</p> <p>Marchew, gotowana 100g</p> <p>Pietruszka gotowana 100g</p> <p><b>Kompot z jabłek</b> 250g Woda, Jabłko, Cukier</p> <p><b>Zupa krupnik</b> 400g (01, 07, 09) Woda, Włoszczyzna świeża, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza jęczmienna, perlowa, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe, Koper ogrodowy</p> <p><b>Pulpeciki drobiowe w sosie koperkowym</b> 150g (01, 03, 07) Mięso mielone z indyka, Jaja kurcze całe, Śmietana, 12% tłuszczu, Marchew, Bułka tarta, Kasza manna, Cebula, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 500, Sól biała, Pieprz czarny</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 250g</p> <p><b>Kompot z truskawek</b> 250g Woda, Truskawki, Cukier</p> <p><b>Pieczony kotlet rybny</b> 150g (01, 03, 04, 07) Mintaj, świeży, Marchew, Jaja kurcze całe, Bułka tarta, Masło ekstra, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sok z cytryny</p> <p><b>Zupa ogórkowa z ziemniakami (żywienie zbiorowe)</b> 400g (07, 09) Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Ogórek kiszony, Śmietana, 12% tłuszczu, Sól biała, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p> <p><b>Surówka kopenhaska</b> 100g (07, 10, 12) Sałata lodowa, Marchew, Ogórki konserwowe, Jogurt typu greckiego, Cebula, Musztarda, Szczypiorek, Pietruszka, liście (natka pietruszki)</p> <p><b>Surówka z białej kapusty (thermomix)</b> 100g Kapusta biała, Marchew, Rzodkiewka, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Koper ogrodowy, Cukier, Oregano suszone</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 250g</p> <p><b>Kompot z jabłek</b> 250g Woda, Jabłko, Cukier</p> <p><b>Pierś w sosie (żywienie zbiorowe)</b> 150g (07) Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Śmietana, 18% tłuszczu, Cebula, Koper ogrodowy, Olej rzepakowy, Czosnek, Pieprz czarny, Sól biała</p> <p><b>Zupa ziemniaczana</b> 400g (07, 09) Ziemniaki, średnio, Bulion mięsny, Marchew, Masło ekstra, Sól biała, Pieprz czarny, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Kminek cały</p> <p><b>Surówka z białej rzepy i jabłka</b> 100g Rzepa, Jabłko, Ogórek kiszony, Cytryna, Cebula, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy</p> <p><b>Surówka z cukinii</b> 100g (03, 10, 12) Kapusta pekińska, Cukinia, Pomidor, Ogórek kiszony, Majonez z olejem rzepakowym, Cebula, Oliwa z oliwek, Musztarda, Oregano suszone</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 250g</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p><b>Kompot z truskawek</b> 250g Woda, Truskawki</p> <p><b>Zupa koperkowa</b> 400g (01, 07, 09) Bulion mięsny, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Śmietana, 12% tłuszczu, Seler korzeniowy, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 550, Pietruszka, korzeń, Przyprawa "Jarzynka", Sól biała</p> <p><b>Bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym</b> 150g (01) Wieprzowina, schab surowy bez kości, Cebula, Mąka pszenna, typ 500, Olej rzepakowy, Sól biała, Ziele angielskie całe, Pieprz czarny, Liście laurowe, suszone</p> <p><b>Surówka z białej kapusty (thermomix)</b> 100g Kapusta biała, Marchew, Rzodkiewka, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Koper ogrodowy, Cukier, Oregano suszone</p>

	środa 2023-11-15	czwartek 2023-11-16	piątek 2023-11-17	sobota 2023-11-18	niedziela 2023-11-19	poniedziałek 2023-11-20	wtorek 2023-11-21
<b>Podwieczorek</b>	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (07)	Ciasto drożdżowe 50g (01, 03, 07)	Banan 130g	Mus owocowy jabłkowy Jabłkowo 200g	Banan 130g	Biszkopty (ciastka) 20g (01, 03)	Mus owocowy 100% (smak dowolny) 100g
<b>Kolacja</b>	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Chleb baltonowski 70g (01) Sałata 50g Pomidor 50g Chleb pszenny 30g (01) Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 15g (07) <b>Pasta jajeczna z koperkiem 50g (03, 07)</b> Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu, Koper ogrodowy	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Chleb baltonowski 70g (01) Jaja kurze całe, gotowane 55g (03) Ogórek kiszony 50g Chleb pszenny 30g (01) Sałata 30g Polędwica z indyka 30g (01, 06, 07, 09) Serek Almette śmietankowy 30g (07) Masło ekstra 15g (07)	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Chleb baltonowski 70g (01) Sałata lodowa 50g Papryka czerwona 50g Chleb pszenny 30g (01) Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 15g (07) <b>Zielona pasta jajeczna 50g (03, 07)</b> Jaja kurze całe, gotowane, Jogurt typu greckiego, Szpinak, Sól biała, Pieprz czarny	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Chleb baltonowski 70g (01) Jaja kurze całe, gotowane 55g (03) Papryka żółta 50g Sałata lodowa 50g Chleb pszenny 30g (01) Polędwica sopocka 30g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 15g (07)	Herbata czarna, napar bez cukru 250g <b>Naleśniki z twarogiem 1 porcja 525g (01, 03, 07)</b> Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu, Truskawki, mrożone, Mąka żytnia, typ 720, Ser twarogowy (twaróg) chudy, Jaja kurze całe, Olej rzepakowy	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Chleb baltonowski 70g (01) Pomidor malinowy 50g Chleb pszenny 30g (01) Szynka z indyka 30g (01, 06, 07, 09) Ser żółty 30g (07) Rukola 30g Masło ekstra 15g (07)	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Chleb baltonowski 70g (01) Pomidor 50g Sałata 50g Chleb pszenny 30g (01) Szynka z indyka 30g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 15g (07) <b>Twarożek kanapkowy (thermomix) 50g (07)</b> Ser twarogowy (twaróg) półtłusty, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Koper ogrodowy, Sól biała, Pieprz czarny
<b>II Kolacja</b>	<b>Kanapka wiosenna 75g (01, 06, 07, 09)</b> Chleb pszenny, Szynka z indyka, Sałata, Masło ekstra	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu 100g (07)	Skyr waniliowy, jogurt typu islandzkiego 150g (07)	<b>Kanapka z masłem, sałata, pomidorem i szynką 80g (01, 06, 07, 09)</b> Chleb pszenny, Pomidor, Szynka z piersi kurczaka, Sałata, Masło ekstra	<b>Kanapka z masłem, twarogiem i dżemem 80g (01, 07)</b> Chleb pszenny, Ser twarogowy (twaróg) chudy, Dżem jagodowy, niskosłodzony, Masło ekstra	Kefir, 2% tłuszczu 200g (07)	<b>Kanapka z masłem, szynką drobiową i roszką 60g (01, 06, 07, 09)</b> Chleb pszenny, Szynka z piersi kurczaka, Roszponka, Masło ekstra
<b>Suma</b>	E: 2350.01 B: 108.25, T: 68.1, W: 340.28,	E: 2657.4 B: 104.34, T: 87.53, W: 384.64,	E: 2619.48 B: 107.01, T: 64.93, W: 417.99,	E: 2462.84 B: 129.46, T: 74.51, W: 338.56,	E: 2447.07 B: 111.65, T: 67.09, W: 365.99,	E: 2326.45 B: 87.81, T: 68.06, W: 358.82,	E: 2411.83 B: 103.91, T: 78.73, W: 337.54,

	środa 2023-11-22	czwartek 2023-11-23	piątek 2023-11-24
<b>Śniadanie</b>	<p>Kawa zbożowa 200g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (01)</p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 50g (07)</p> <p>Pomidor malinowy 50g</p> <p>Chleb pszenny 30g (01)</p> <p>Ser żółty 30g (07)</p> <p>Szynka wiejska 30g (01, 06, 07, 09)</p> <p>Masło ekstra 15g (07)</p> <p><b>Zupa mleczna z makaronem pszennym 400g (01, 07)</b> Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, gotowane, Sól biała</p>	<p>Kawa zbożowa 200g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (01)</p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 50g (07)</p> <p>Sałata 50g</p> <p>Chleb pszenny 30g (01)</p> <p>Masło ekstra 15g (07)</p> <p><b>Zupa mleczna z ryżem 400g (07)</b> Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Ryż biały, Sól biała</p> <p><b>Sałátka śledziowa z ziemniakami 204g (04, 07)</b> Ziemniaki, gotowane, Śledź, filety solone, Śmietana, 12% tłuszczu, Cebula, Buraki, gotowane, Sól biała, Pieprz czarny</p>	<p>Kawa zbożowa 200g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (01)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 50g (07)</p> <p>Chleb pszenny 30g (01)</p> <p>Dżem morelowy, niskosłodzony 30g</p> <p>Masło ekstra 15g (07)</p> <p><b>Owsianka (thermomix) 400g (01, 07)</b> Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Woda, Płatki owsiane, Sól biała, Miód pszczeli</p> <p><b>Twarożek z jogurtem i koperkiem (30 g) 30g (07)</b> Ser twarogowy (twaróg) chudy, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Koper ogrodowy</p>
<b>II śniadanie</b>	<p>Pomarańcza 120g</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (07)</p> <p>Mus owocowy 100% (jabł, banan, trusk, march) 100g</p>	<p><b>Serek wiejski z ananasem i orzechami włoskimi 247g (07, 08)</b> Twarożek wiejski, 2% tłuszczu, Ananas, plastry w syropie, Orzechy włoskie</p>
<b>Obiad</b>	<p>Kasza gryczana, gotowana 250g</p> <p><b>Eskalopki drobiowe 150g (01, 03)</b> Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe, Mąka pszenna, typ 500, Olej rzepakowy, Sól biała, Pieprz czarny</p> <p><b>Kompot z jabłek 250g</b> Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p><b>Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i natką pietruszki 200g</b> Kapusta kiszona, Cebula, Cukier, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny</p> <p><b>Zupa brokułowa 400g (07, 09)</b> Włoszczyzna świeża, Brokuły, Ziemniaki, późne, Kości, wywar, Śmietana, 18% tłuszczu, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Przyprawa "Jarzynka", Czosnek, Sól biała</p>	<p>Ryż biały, gotowany 250g</p> <p>Kompot z wiśni, z cukrem 250g</p> <p><b>Pulpeciki drobiowe w sosie koperkowym 150g (01, 03, 07)</b> Mięso mielone z indyka, Śmietana, 12% tłuszczu, Jaja kurze całe, Cebula, Mąka pszenna, typ 500, Koper ogrodowy, Marchew, Kasza manna, Bułka tarta, Sól biała, Pieprz czarny</p> <p><b>Mizeria z jogurtem greckim 200g (07)</b> Ogórek świeży, Jogurt typu greckiego, Cytryna, Koper ogrodowy, Szcypiorek</p> <p><b>Zupa z fasolką, ziemniakami i mięsem z kurczaka 400g (08, 09)</b> Woda, Ziemniaki, wczesne, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Fasola szparagowa, Mleko (mleczko) kokosowe (17-21% tłuszczu), Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Kostka warzywna bez glutaminianu sodu, Szcypiorek, Liście kolendry, świeże, Czosnek, Oliwa z oliwek, Sól biała, Kmin rzymski mielony, Papryka w proszku, Kurkuma mielona, Oregano suszone, Papryka ostra chili suszona, Pieprz czarny</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 250g</p> <p>Buraki, gotowane 100g</p> <p>Marchew, gotowana 100g</p> <p><b>Kompot owocowy (250 g) 250g</b> Woda, Jabłko, Cukier</p> <p><b>Zupa cukiniowa z kaszą jaglaną 400g (09)</b> Woda, Cukinia, Kostka warzywna bez glutaminianu sodu, Marchew, Cebula, Kasza jaglana, Olej rzepakowy, Czosnek, Kurkuma mielona</p> <p><b>Ryba po grecku pieczona 150g (04, 12)</b> Dorsz, świeży, filety bez skóry, Marchew, Pietruszka, korzeń, Woda, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Ziele angielskie całe, Ocet winny, Pieprz czarny, Papryka w proszku</p>

	<b>środa 2023-11-22</b>	<b>czwartek 2023-11-23</b>	<b>piątek 2023-11-24</b>
<b>Podwieczorek</b>	Babka biszkoptowa 50g (01, 03, 07)	Gruszka 135g	Mus owocowy 100% (smak dowolny) 100g
<b>Kolacja</b>	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Leniwe pierogi z sera twarogowego 150g Mus owocowy 100% (jabł, banan, trusk, march) 100g	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Chleb baltonowski 70g (01) Sałata lodowa 50g Chleb pszenny 30g (01) Polędwica sopocka 30g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 15g (07) <b>Pasta jajeczna z koperkiem 50g (03, 07)</b> Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu, Koper ogrodowy	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Chleb baltonowski 70g (01) Sałata 50g Chleb pszenny 30g (01) Ser żółty salami 30g (07) Masło ekstra 15g (07) <b>Pasta jajeczna z koperkiem 50g (03, 07)</b> Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu, Koper ogrodowy
<b>II Kolacja</b>	<b>Kanapka wiosenna 122g (01, 06, 07, 09)</b> Chleb pszenny, Szynka kanapkowa, Rzodkiewka, Sałata, Masło ekstra	<b>Kanapka z masłem orzechowym 50g (01, 05, 08)</b> Chleb pszenny, Masło orzechowe	<b>Kanapka z masłem, twarogiem, dżemem 1 porcja 78g (01, 07)</b> Chleb pszenny, Ser twarogowy (twaróg) chudy, Dżem jagodowy, niskosłodzony, Masło ekstra
<b>Suma</b>	E: <b>2779.31</b> B: <b>128.46</b> , T: <b>100.82</b> , W: <b>362.5</b> ,	E: <b>2889.59</b> B: <b>120.3</b> , T: <b>87.1</b> , W: <b>422.09</b> ,	E: <b>2405.31</b> B: <b>112.95</b> , T: <b>72.85</b> , W: <b>340.74</b> ,

**Legenda alergenów**

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 05-Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z latozą), 08-Orzechy, 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny