

2 0 2 4 - 0 6 - 0 6 c z w a r t e k	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g		Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL, BIA) Schab w sosie 150g pieczone 150g Ziemniaki 200g Sałata zielona ze śmietaną 150g (BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g BIA Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Budyń z musem truskawkowym 200ml (BIA)
	W Z B O G A - C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g Pomidor 30g	Kiwi 1szt	Zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (GKU, JAJ, SEL, BIA) Schab w sosie 180g Ziemniaki 250g Sałata zielona ze śmietaną 150g (BIA) Kompot 250ml	Banan 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g BIA Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Budyń z musem truskawkowym 200ml (BIA)
	L E K O S	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU)		Zupa koperkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie 150g Ziemniaki 200g Sos pietruszkowy 100g (BIA, GLU, SEL)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA)	Budyń z musem truskawkowym 200ml (BIA)

	T R A W N A	Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Bukiet jarzyn gotowanych 150g Kompot 250ml		Sałata 10g	
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g Pomidor 30g	Kiwi 1 szt.	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL, BIA) schab w sosie 150g Ziemniaki 200g Sałata zielona ze śmietaną 150g (BIA) Kompot b/c 250ml	Banan 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Budyń z musem truskawkowym b/c 200ml (BIA)
		450 kcal B 24.6 g T 14.6 g Wp 53.9 g F 4.4 g WW 5.5(wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	697.1 kcal B 40.3 g T 14.6 g Wp 88.3 g F 19.3 g WW 8.9(wymienniki węglowodanowe)	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3(wymienniki węglowodanowe)	482.3 kcal B 19.5 g T 30.3 g Wp 31.9 g F 4.6 g WW 3.3(wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Schab gotowany 150g Ziemniaki 200g Bukiet jarzyn gotowanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Budyń z musem truskawkowym 200ml (BIA)

	1 5 0 0 k c a l	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie 150g Ziemniaki 200g Sos pietruszkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Bukiet jarzyn gotowanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Budyń z musem truskawkowym 200ml (BIA)
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g		Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (GLU, SEL, BIA, JAJ) Pierogi leniwe z masłem 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA, JAJ) Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Budyń z musem truskawkowym 200ml (BIA)