

| <b>Poniedziałek<br/>06.01.25</b> | <b>Dieta podstawowa</b>  | <b>Dieta cukrzycowa</b>  | <b>Dieta lekkostrawna</b>  |
|----------------------------------|--|--|--|
| <b>ŚNIADANIE</b>                 | Kawa zbożowa na mleku - 250ml <i>(mleko, gluten)</i><br>Bułka graham- 1szt <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Salceson wieprzowy-70g<br>Sałata rzymska -30g<br>Pomidor koktajlowy -70g                               | Kawa zbożowa na mleku - 250ml <i>(mleko, gluten)</i><br>Bułka graham- 1szt <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Salceson wieprzowy-70g<br>Sałata rzymska -30g<br>Pomidor koktajlowy -70g                               | Kawa zbożowa na mleku - 250ml <i>(mleko, gluten)</i><br>Bułka kajzerka- 1szt <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Wędlina z indyka-70g<br>Sałata rzymska -30g<br>Pomidor koktajlowy -70g                     |
| <b>II ŚNIADANIE</b>              | Gruszka- 1 szt   | Gruszka- 1 szt   | Banan-1 szt  |
| <b>OBIAD</b>                     | Kompot -250ml<br>Zupa jarzynowa z ziemniakami -400ml <i>(mleko, seler)</i><br>Talarki ziemniaczane -150g<br>Filet z kurczaka w sosie z pieczonej papryki - 100g mięso+ 50g sos <i>(mleko)</i><br>Surówka z ogórków kiszonych -150g | Kompot -250ml<br>Zupa jarzynowa z ziemniakami -400ml <i>(mleko, seler)</i><br>Talarki ziemniaczane -150g<br>Filet z kurczaka w sosie z pieczonej papryki - 100g mięso+ 50g sos <i>(mleko)</i><br>Surówka z ogórków kiszonych -150g | Kompot -250ml<br>Zupa jarzynowa z ziemniakami -400ml <i>(mleko, seler)</i><br>Talarki ziemniaczane -150g<br>Filet z kurczaka w sosie z pieczonej papryki - 100g mięso+ 50g sos <i>(mleko)</i><br>Marchew gotowana – 150g |
| <b>KOLACJA</b>                   | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Fritatta z warzywami, szynką I fetą-300g <i>(mleko, jajo)</i><br>Mix warzyw w sosie winegret-100g  | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Fritatta z warzywami, szynką I fetą-300g <i>(mleko, jajo)</i><br>Mix warzyw w sosie winegret-100g  | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Fritatta z warzywami, szynką I fetą-300g <i>(mleko, jajo)</i><br>Mix warzyw w sosie winegret-100g  |
| <b>POSIŁEK<br/>DODATKOWY</b>     | Sante Fit ciasteczko zbożowe bez cukru 50g <i>(gluten, mleko)</i>  | Sante Fit ciasteczko zbożowe bez cukru 50g <i>(gluten, mleko)</i>  | Sante Fit ciasteczko zbożowe bez cukru 50g <i>(gluten, mleko)</i>  |

| <b>Wtorek<br/>07.01.25</b>   | <b>Dieta podstawowa</b>   | <b>Dieta cukrzycowa</b>  | <b>Dieta lekkostrawna</b>  |
|------------------------------|---|--|--|
| <b>ŚNIADANIE</b>             | Płatki owsiane na mleku- 300ml <i>(mleko, gluten)</i><br>Kakao na mleku – 250ml <i>(mleko)</i><br>Chleb graham - 30g <i>(gluten)</i><br>Chleb pszenny – 60g <i>(gluten)</i><br>Masło – 10g <i>(mleko)</i><br>Pasta jajeczna -90g <i>(mleko, jajo)</i><br>Rukola -10g<br>Ogórek świeży b/s -70g                  | Kakao na mleku – 250ml <i>(mleko)</i><br>Chleb graham - 90g <i>(gluten)</i><br>Masło – 10g <i>(mleko)</i><br>Pasta jajeczna -90g <i>(mleko, jajo)</i><br>Rukola -10g<br>Ogórek świeży b/s -70g   | Płatki owsiane na mleku- 300ml <i>(mleko, gluten)</i><br>Kakao na mleku – 250ml <i>(mleko)</i><br>Chleb pszenny - 90g <i>(gluten)</i><br>Masło – 10g <i>(mleko)</i><br>Pasta jajeczna -90g <i>(mleko,jajo)</i><br>Rukola -10g<br>Ogórek świeży b/s -70g            |
| <b>II ŚNIADANIE</b>          | Mandarynka – 2 szt  | Mandarynka – 2 szt   | Jabłko – 1 szt   |
| <b>OBIAD</b>                 | Woda butelkowana - 500ml<br>Zupa szczawiowa z jajkiem – 400ml <i>(mleko, seler, jajo)</i><br>Makaron z sosem bolognese - 400g <i>(gluten, jaja)</i><br>Mix warzyw gotowanych – 150g   | Woda butelkowana - 500ml<br>Zupa szczawiowa z jajkiem – 400ml <i>(mleko, seler, jajo)</i><br>Makaron z sosem bolognese - 400g <i>(gluten, jaja)</i><br>Mix warzyw gotowanych – 150g  | Woda butelkowana - 500ml<br>Zupa brokułowa – 400ml <i>(mleko, seler)</i><br>Makaron z sosem bolognese - 400g <i>(gluten, jaja)</i><br>Mix warzyw gotowanych – 150g   |
| <b>KOLACJA</b>               | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml Chleb graham- 30g <i>(gluten)</i><br>Chleb pszenny -60g <i>(gluten)</i><br>Masło -10g <i>(mleko)</i><br>Cytryna – 10g<br>Galaretka drobiowa z warzywami- 100g <i>(seler, jajo)</i><br>Szynka góralska – 25g <i>(soja)</i><br>Papryka konserwowa-70g<br>Roszponka – 10g | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb graham- 90g <i>(gluten)</i><br>Masło -10g <i>(mleko)</i><br>Cytryna – 10g<br>Galaretka drobiowa z warzywami- 100g <i>(seler, jajo)</i><br>Szynka góralska – 25g <i>(soja)</i><br>Papryka konserwowa-70g<br>Roszponka – 10g | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb pszenny -90g <i>(gluten)</i><br>Masło -10g <i>(mleko)</i><br>Cytryna – 10g<br>Galaretka drobiowa z warzywami- 100g <i>(seler, jajo)</i><br>Szynka góralska – 25g <i>(soja)</i><br>Pomidor-70g<br>Roszponka – 10g |
| <b>POSIŁEK<br/>DODATKOWY</b> | Mus owocowy 100% - 1 szt  | Mus owocowy 100% - 1 szt   | Mus owocowy 100% - 1 szt   |

| <b>Środa<br/>08.01.25</b> | <b>Dieta podstawowa</b>  | <b>Dieta cukrzycowa</b>   | <b>Dieta lekkostrawna</b>   |
|---------------------------|--|---|---|
| <b>ŚNIADANIE</b>          | Kawa zbożowa na mleku- 250ml ( <i>gluten, mleko</i> )<br>Bułka graham – 1szt ( <i>gluten</i> )<br>Masło – 10g ( <i>mleko</i> )<br>Kiełbasa żywiecka podsuszana -40g ( <i>gluten</i> )<br>Sałatka jarzynowa – 80g ( <i>mleko, seler, jajo</i> )<br>Mix sałat-20g                            | Kawa zbożowa na mleku- 250ml ( <i>gluten, mleko</i> )<br>Bułka graham – 1szt ( <i>gluten</i> )<br>Masło – 10g ( <i>mleko</i> )<br>Kiełbasa żywiecka podsuszana -40g ( <i>gluten</i> )<br>Sałatka jarzynowa – 80g ( <i>mleko, seler, jajo</i> )<br>Mix sałat-20g | Kawa zbożowa na mleku- 250ml ( <i>gluten, mleko</i> )<br>Bułka kajzerka-1szt ( <i>gluten</i> )<br>Masło – 10g ( <i>mleko</i> )<br>Kiełbasa żywiecka podsuszana -40g ( <i>gluten</i> )<br>Sałatka jarzynowa – 80g ( <i>mleko, seler, jajo</i> )<br>Mix sałat-20g |
| <b>II ŚNIADANIE</b>       | Nektarynka1 szt  | Nektarynka1 szt   | Nektarynka1 szt   |
| <b>OBIAD</b>              | Kompot owocowy -250ml<br>Zupa kalafiorowa z ziemniakami -400ml ( <i>mleko, seler</i> )<br>Gulasz z mięsa wieprzowego-200g<br>Kopytka -200g ( <i>gluten, jajo</i> )<br>Surówka z pora, marchwi i jabłka-150g ( <i>mleko</i> )   | Kompot owocowy -250ml<br>Zupa kalafiorowa z ziemniakami -400ml ( <i>mleko, seler</i> )<br>Gulasz z mięsa wieprzowego-200g<br>Kopytka -200g ( <i>gluten, jajo</i> )<br>Surówka z pora, marchwi i jabłka-150g ( <i>mleko</i> )                                    | Kompot owocowy -250ml<br>Zupa kalafiorowa z ziemniakami -400ml ( <i>mleko, seler</i> )<br>Gulasz z mięsa wieprzowego-200g<br>Kopytka -200g ( <i>gluten, jajo</i> )<br>Surówka z dyni-150g   |
| <b>KOLACJA</b>            | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb graham-30g ( <i>gluten</i> )<br>Chleb pszenny – 60g ( <i>gluten</i> )<br>Masło – 10g ( <i>mleko</i> )<br>Polędwica sopocka drobiowa -40g ( <i>soja</i> )<br>Serek almette -30g ( <i>mleko</i> )<br>Pomidor – 80g<br>Sałata rzymska – 30g | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb graham-90g ( <i>gluten</i> )<br>Polędwica sopocka drobiowa -40g ( <i>soja</i> )<br>Serek almette -30g ( <i>mleko</i> )<br>Masło – 10g ( <i>mleko</i> )<br>Pomidor – 80g<br>Sałata rzymska – 30g               | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb pszenny – 90g ( <i>gluten</i> )<br>Polędwica sopocka drobiowa -40g ( <i>soja</i> )<br>Serek almette -30g ( <i>mleko</i> )<br>Masło – 10g ( <i>mleko</i> )<br>Pomidor – 80g<br>Sałata rzymska – 30g            |

|                          |                                     |                                     |                                     |
|--------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <b>POSIŁEK DODATKOWY</b> | Serek wiejski – 200g <i>(mleko)</i> | Serek wiejski – 200g <i>(mleko)</i> | Serek wiejski – 200g <i>(mleko)</i> |
|--------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|

| <b>Czwartek<br/>09.01.25</b> | <b>Dieta podstawowa</b>   | <b>Dieta cukrzycowa</b>  | <b>Dieta lekkostrawna</b>   |
|------------------------------|---|--|---|
| <b>ŚNIADANIE</b>             | Kasza manna na mleku -300ml <i>(gluten, mleko)</i><br>Kakao na mleku – 250ml <i>(mleko)</i><br>Chleb graham - 30g <i>(gluten)</i><br>Chleb pszenny – 60g <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Ser żółty-40g <i>(mleko)</i><br>Pasta z zielonego groszku i bazylii -40g<br>Rukola – 10g<br>Papryka świeża- 70g | Kakao na mleku – 250ml <i>(mleko)</i><br>Chleb graham - 90g <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Ser żółty-40g <i>(mleko)</i><br>Pasta z zielonego groszku i bazylii -40g<br>Rukola – 10g<br>Papryka świeża- 70g | Kasza manna na mleku -300ml <i>(gluten, mleko)</i><br>Kakao na mleku – 250ml <i>(mleko)</i><br>Chleb pszenny – 90g <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Jajko- 2 szt <i>(jaja)</i><br>Pasta z zielonego groszku i bazylii -40g<br>Rukola – 10g<br>Papryka świeża- 70g |
| <b>II ŚNIADANIE</b>          | Jogurt owocowy- 150ml <i>(mleko)</i>  | Jogurt naturalny- 150ml <i>(mleko)</i>   | Jogurt owocowy- 150ml <i>(mleko)</i>  |
| <b>OBIAD</b>                 | Woda butelkowana-500ml<br>Krupnik z mięsem i ziemniakami-400ml <i>(seler)</i><br>Pierogi ze szpinakiem i serem feta-300g <i>(gluten, mleko, jaja)</i><br>Mix sałat z winogretem i warzywami 150g  | Woda butelkowana-500ml<br>Krupnik z mięsem i ziemniakami-400ml <i>(seler)</i><br>Pierogi ze szpinakiem i serem feta-300g <i>(gluten, mleko, jaja)</i><br>Mix sałat z winogretem i warzywami 150g                             | Woda butelkowana-500ml<br>Krupnik z mięsem i ziemniakami-400ml <i>(seler)</i><br>Pierogi ze szpinakiem i serem feta-300g <i>(gluten, mleko, jaja)</i><br>Mix sałat z winogretem i warzywami 150g  |
| <b>KOLACJA</b>               | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb pszenny - 60g <i>(gluten)</i><br>Chleb graham - 30g <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Parówki z indyka -140g <i>(soja)</i><br>Ketchup -30g<br>Roszponka -10g<br>Ogórek świeży b/s -65g   | Herbata czarna (napar bez cukru) 250ml<br>Chleb graham - 90g <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Parówki z indyka -140g <i>(soja)</i><br>Ketchup -30g<br>Roszponka -10g<br>Ogórek świeży b/s -65g               | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb pszenny - 90g <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Parówki z indyka -140g <i>(soja)</i><br>Ketchup -30g<br>Roszponka -10g<br>Ogórek świeży b/s -65g   |

|                              |   |   |   |
|------------------------------|---|---|---|
| <b>POSIŁEK<br/>DODATKOWY</b> | Mieszanka studencka -40g <i>(orzechy)</i> | Mieszanka studencka -40g <i>(orzechy)</i> | Mieszanka studencka -40g <i>(orzechy)</i> |
|------------------------------|---|---|---|

| <b>Piątek<br/>10.01.25</b> | <b>Dieta podstawowa</b>  | <b>Dieta cukrzycowa</b>  | <b>Dieta lekkostrawna</b>   |
|----------------------------|--|--|---|
| <b>ŚNIADANIE</b>           | Kawa zbożowa na mleku - 250ml <i>(gluten, mleko)</i><br>Bułka graham – 1szt <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Pasta twarogowa z papryką -90g <i>(mleko)</i><br>Rzodkiewka-70g<br>Mix sałat -20g | Kawa zbożowa na mleku - 250ml <i>(gluten, mleko)</i><br>Bułka graham – 1szt <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Pasta twarogowa z papryką -90g <i>(mleko)</i><br>Rzodkiewka-70g<br>Mix sałat -20g | Kawa zbożowa na mleku - 250ml <i>(gluten, mleko)</i><br>Bułka kajzerka – 1szt <i>(gluten)</i><br>Masło - 10g <i>(mleko)</i><br>Pasta twarogowa z papryką -90g <i>(mleko)</i><br>Pomidor-70g<br>Mix sałat -20g |
| <b>II ŚNIADANIE</b>        | Sałatka owocowa -150g  | Sałatka owocowa -150g  | Sałatka owocowa -150g   |
| <b>OBIAD</b>               | Kompot owocowy 250ml<br>Krem z warzyw z grzankami – 400ml <i>(seler, gluten)</i><br>Makaron z tuńczykiem i warzywami-400g  | Kompot owocowy 250ml<br>Krem z warzyw z grzankami – 400ml <i>(seler, gluten)</i><br>Makaron z tuńczykiem i warzywami -400g   | Kompot owocowy 250ml<br>Krem z warzyw z grzankami – 400ml <i>(seler, gluten)</i><br>Makaron z tuńczykiem i warzywami -400g  |

|                          |   |   |   |
|--------------------------|---|---|---|
| <b>KOLACJA</b>           | Herbata czarna (napar bez cukru) –250ml<br>Chleb graham -60g ( <i>gluten</i> )<br>Chleb pszenny-30g ( <i>gluten</i> )<br>Śledź w śmietanie - 100g ( <i>mleko, ryba</i> )<br>Jajko – 1 szt ( <i>jajo</i> )<br>Ogórek konserwowy - 65g<br>Sałata rzymska -30g | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb graham -90g ( <i>gluten</i> )<br>Śledź w śmietanie - 100g ( <i>mleko, ryba</i> )<br>Jajko – 1 szt ( <i>jajo</i> )<br>Ogórek konserwowy - 65g<br>Sałata rzymska -30g | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb pszenny -90g ( <i>gluten</i> )<br>Śledź w jogurcie - 100g ( <i>mleko, ryba</i> )<br>Jajko – 1 szt ( <i>jajo</i> )<br>Pomidor - 80g<br>Sałata rzymska -30g |
| <b>POSIŁEK DODATKOWY</b> | Dobra kaloria ciasteczko bez cukru 35g<br>( <i>gluten, mleko</i> )  | Dobra kaloria ciasteczko bez cukru 35g<br>( <i>gluten, mleko</i> )  | Dobra kaloria ciasteczko bez cukru 35g<br>( <i>gluten, mleko</i> )  |

| <b>Sobota<br/>11.01.25</b> | <b>Dieta podstawowa</b>  | <b>Dieta cukrzycowa</b>   | <b>Dieta lekkostrawna</b>  |
|----------------------------|--|---|--|
| <b>ŚNIADANIE</b>           | Kakao na mleku -250ml ( <i>mleko</i> )<br>Bułka graham – 1 szt ( <i>gluten</i> )<br>Masło -10g ( <i>mleko</i> )<br>Szynka wuja Jana- 65g ( <i>soja</i> )<br>Pomidor- 80g<br>Mix sałat-20g  | Kakao na mleku -250ml ( <i>mleko</i> )<br>Bułka graham – 1 szt ( <i>gluten</i> )<br>Masło -10g ( <i>mleko</i> )<br>Szynka wuja Jana- 65g ( <i>soja</i> )<br>Pomidor- 80g<br>Mix sałat-20g   | Kakao na mleku -250ml ( <i>mleko</i> )<br>Bułka kajzerka – 1 szt ( <i>gluten</i> )<br>Masło -10g ( <i>mleko</i> )<br>Szynka wuja Jana- 65g ( <i>soja</i> )<br>Pomidor- 80g<br>Mix sałat-20g  |
| <b>II ŚNIADANIE</b>        | Serek wiejski - 1 szt ( <i>mleko</i> )   | Serek wiejski - 1 szt ( <i>mleko</i> )  | Serek wiejski - 1 szt ( <i>mleko</i> )   |
| <b>OBIAD</b>               | Woda butelkowana - 500ml<br>Zupa pomidorowa z makaronem -400ml<br>( <i>gluten, jaja, seler, mleko</i> )<br>Puree ziemniaczane-200g ( <i>gluten</i> )<br>Grillowany filet z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą-130g<br>( <i>mleko</i> )<br>Frytki warzywne – 150g | Woda butelkowana - 500ml<br>Zupa pomidorowa z makaronem -400ml<br>( <i>gluten, jaja, seler, mleko</i> )<br>Puree ziemniaczane -200g ( <i>gluten</i> )<br>Grillowany filet z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą-130g<br>( <i>mleko</i> )<br>Frytki warzywne – 150g | Woda butelkowana - 500ml<br>Zupa pomidorowa z makaronem -400ml ( <i>gluten, jaja, seler, mleko</i> )<br>Puree ziemniaczane -200g ( <i>gluten</i> )<br>Grillowany filet z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą-130g<br>( <i>mleko</i> )<br>Frytki warzywne – 150g |

|                              |   |   |  |
|------------------------------|---|---|--|
| <b>KOLACJA</b>               | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb pszenny - 60g ( <i>gluten</i> )<br>Chleb graham - 30g ( <i>gluten</i> )<br>Masło -10g ( <i>mleko</i> )<br>Paszтет warzywny z fasolą -100g ( <i>jajo</i> )<br>Papryka konserwowa -70g<br>Sałata rzymska -20g | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb graham - 90g ( <i>gluten</i> )<br>Masło -10g ( <i>mleko</i> )<br>Paszтет warzywny z fasolą -100g ( <i>jajo</i> )<br>Papryka konserwowa-70g<br>Sałata rzymska -20g | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb pszenny - 90g ( <i>gluten</i> )<br>Masło -10g ( <i>mleko</i> )<br>Paszтет warzywny z fasolą -100g ( <i>jajo</i> )<br>Pomidor -70g<br>Sałata rzymska -20g |
| <b>POSIŁEK<br/>DODATKOWY</b> | Wafle ryżowe -30g   | Wafle ryżowe -30g   | Wafle ryżowe -30g  |

| <b>Niedziela<br/>12.01.25</b> | <b>Dieta podstawowa</b>   | <b>Dieta cukrzycowa</b>  | <b>Dieta lekkostrawna</b>   |
|-------------------------------|---|--|---|
| <b>ŚNIADANIE</b>              | Kawa zbożowa na mleku - 250ml ( <i>gluten, mleko</i> )<br>Chleb graham -30g ( <i>gluten</i> )<br>Chleb pszenny-60g ( <i>gluten</i> )<br>Masło- 10g ( <i>mleko</i> )<br>Ser żółty -65g ( <i>mleko</i> )<br>Rukola -10g<br>Pomidor -80g | Kawa zbożowa na mleku - 250ml ( <i>gluten, mleko</i> )<br>Chleb graham -90g ( <i>gluten</i> )<br>Masło- 10g ( <i>mleko</i> )<br>Ser żółty -65g ( <i>mleko</i> )<br>Rukola -10g<br>Pomidor -80g | Kawa zbożowa na mleku - 250ml ( <i>gluten, mleko</i> )<br>Chleb pszenny -90g ( <i>gluten</i> )<br>Masło- 10g ( <i>mleko</i> )<br>Wędlina z indyka -65g<br>Rukola -10g<br>Pomidor -80g |
| <b>II ŚNIADANIE</b>           | Jabłko pieczone – 1 szt   | Jabłko pieczone – 1 szt  | Jabłko pieczone – 1 szt   |
| <b>OBIAD</b>                  | Kompot owocowy -250ml<br>Rosół z makaronem – 400ml ( <i>gluten, jaja</i> )<br>Puree ziemniaczane -200g<br>Pieczone udko z kurczaka -130g  | Kompot owocowy -250ml<br>Rosół z makaronem – 400ml ( <i>gluten, jaja</i> )<br>Puree ziemniaczane -200g<br>Pieczone udko z kurczaka -130g<br>Mizeria – 150g ( <i>mleko</i> )                    | Kompot owocowy -250ml<br>Rosół z makaronem – 400ml ( <i>gluten, jaja</i> )<br>Puree ziemniaczane -200g<br>Pieczone udko z kurczaka -130g  |

|                              |  |  |  |
|------------------------------|--|--|--|
|                              | Mizeria – 150g ( <i>mleko</i> )  |  | Mizeria – 150g ( <i>mleko</i> )  |
| <b>KOLACJA</b>               | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb pszenny - 60g ( <i>gluten</i> )<br>Chleb graham - 30g ( <i>gluten</i> )<br>Masło -10g ( <i>mleko</i> )<br>Pasta z twarogu i makreli w sosie pomidorowym z koperkiem -90g ( <i>mleko, ryba</i> )<br>Roszponka -10g<br>Papryka świeża– 65g | Herbata czarna (napar bez cukru) –250ml<br>Chleb graham - 90g ( <i>gluten</i> )<br>Masło -10g ( <i>mleko</i> )<br>Pasta z twarogu i makreli w sosie pomidorowym z koperkiem -90g ( <i>mleko, ryba</i> )<br>Roszponka -10g<br>Papryka świeża– 65g | Herbata czarna (napar bez cukru) – 250ml<br>Chleb pszenny - 90g ( <i>gluten</i> )<br>Masło -10g ( <i>mleko</i> )<br>Pasta z twarogu i makreli w sosie pomidorowym z koperkiem -90g ( <i>mleko, ryba</i> )<br>Roszponka -10g<br>Papryka świeża– 65g |
| <b>POSIŁEK<br/>DODATKOWY</b> | Podpłomyki bez cukru kupiec-30g ( <i>gluten</i> )  | Podpłomyki bez cukru kupiec-30g ( <i>gluten</i> )  | Podpłomyki bez cukru kupiec-30g ( <i>gluten</i> )  |