

# Jadłospis na czwartek 2024-11-21

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

## Dieta podstawowa (3p) (1)

<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Jogurt naturalny 150g (7)</li><li>• Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g (1) (7)</li><li>• Filet drobiowy zapiekany 40g</li><li>• Pasta jajeczna 60g (3) (7)</li><li>• Jabłka 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa pomidorowa z makaronem 300g (9) (1) (7)</li><li>• Kotlet z fileta drobiowego panierowany smażony 100g (1) (3)</li><li>• Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g (7)</li><li>• Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g (9) (7)</li><li>• Brokuły gotowane na parze z tłuszczem 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Ser twarogowy mielony 50g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Dżem truskawkowy 50g</li><li>• Pomidor 50g</li><li>• Sałata zielona 20g</li></ul>
---	--	---

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka wrocławska 100g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Jogurt naturalny 150g (7)</li><li>• Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g (1) (7)</li><li>• Filet drobiowy zapiekany 40g</li><li>• Pasta jajeczna 60g (3) (7)</li><li>• Jabłka 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa pomidorowa z makaronem 300g (9) (1) (7)</li><li>• Filet drobiowy z kurczaka gotowany bez tłuszczu 70g</li><li>• Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g (7)</li><li>• Sos koperkowy 100g (1) (7)</li><li>• Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g (9) (7)</li><li>• Brokuły gotowane na parze z tłuszczem 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka wrocławska 100g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Ser twarogowy mielony 50g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Dżem truskawkowy 50g</li><li>• Pomidor 50g</li><li>• Sałata zielona 20g</li></ul>
--	---	--

# Jadłospis na piątek 2024-11-22

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

## Dieta podstawowa (3p) (1)

### • Śniadanie

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt naturalny 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szynka krucha z pieca wieprzowa 40g (6) (9) (10)
- Marmolada wieloowocowa 25g
- Sałata zielona 20g
- Pomidor 50g

### • Obiad

- Zupa krupnik z ziemniakami 300g (9) (1)
- Filet rybny z miruny panierowany smażony 100g (1) (3) (4)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100g
- Bukiet jarzyn gotowany na parze z tłuszczem 100g (9)
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt owocowy 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szynka szkolna wieprzowa 40g (1) (6) (7)
- Banany 150g

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

### • Śniadanie

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt naturalny 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szynka krucha z pieca wieprzowa 40g (6) (9) (10)
- Marmolada wieloowocowa 25g
- Sałata zielona 20g
- Pomidor 50g

### • Obiad

- Zupa krupnik z ziemniakami 300g (9) (1)
- Filet rybny z miruny gotowany 100g (4)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sałatka z buraczków gotowanych 100g
- Bukiet jarzyn gotowany na parze z tłuszczem 100g (9)
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt owocowy 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szynka szkolna wieprzowa 40g (1) (6) (7)
- Banany 150g

# Jadłospis na sobota 2024-11-23

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

## Dieta podstawowa (3p) (1)

### • Śniadanie

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Ser twarogowy mielony 60g (7)
- Jogurt naturalny 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szynka wieprzowa Ojca Grzegorza 40g (6) (9) (10)
- Pomidor 50g
- Sałata zielona 20g

### • Obiad

- Zupa grochowa z ziemniakami 300g (9) (1)
- Risotto z łopatką wieprzową i warzywami 250g (9)
- Sos pomidorowy 100g (7) (1)
- Surówka z marchwi i jabłka 100g
- Bukiet warzyw gotowanych na parze 100g
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Polędwica sopočka wieprzowa 40g (6) (10)
- Dżem truskawkowy 25g
- Pomarańcze 100g

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

### • Śniadanie

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Ser twarogowy mielony 60g (7)
- Jogurt naturalny 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szynka wieprzowa Ojca Grzegorza 40g (6) (9) (10)
- Pomidor 50g
- Sałata zielona 20g

### • Obiad

- Zupa selerowa z ziemniakami 300g (9) (1) (7)
- Risotto z łopatką wieprzową i warzywami 250g (9)
- Sos pomidorowy 100g (7) (1)
- Surówka z marchwi i jabłka 100g
- Bukiet warzyw gotowanych na parze 100g
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Polędwica sopočka wieprzowa 40g (6) (10)
- Dżem truskawkowy 25g
- Pomarańcze 100g

# Jadłospis na niedziela 2024-11-24

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

## Dieta podstawowa (3p) (1)

<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Jogurt naturalny 150g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szynka szkolna wieprzowa 40g (1) (6) (7)</li><li>• Pomidor 50g</li><li>• Sałata zielona 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa ogórkowa z ryżem 300g (9) (1) (7)</li><li>• Klops wieprzowy gotowany 90g (1) (3)</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Sos pietruszkowy 100g (1) (7)</li><li>• Surówka obiadowa z czerwonej kapusty 100g (1) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10) (11)</li><li>• Brokuły gotowane na parze z tłuszczem 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Kielbasa krotoszyńska wieprzowa 40g (6)</li><li>• Marmolada wieloowocowa 25g</li><li>• Jabłka 100g</li></ul>
---	---	--

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka wrocławska 100g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Jogurt naturalny 150g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szynka szkolna wieprzowa 40g (1) (6) (7)</li><li>• Pomidor 50g</li><li>• Sałata zielona 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa ryżowa bez glutenu i bez mleka 300g (9)</li><li>• Klops wieprzowy gotowany 90g (1) (3)</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Sos pietruszkowy 100g (1) (7)</li><li>• Buraczki duszone 100g (1)</li><li>• Brokuły gotowane na parze z tłuszczem 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka wrocławska 100g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Kielbasa krotoszyńska wieprzowa 40g (6)</li><li>• Marmolada wieloowocowa 25g</li><li>• Jabłka 100g</li></ul>
--	---	---

# Jadłospis na poniedziałek 2024-11-25

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

## Dieta podstawowa (3p) (1)

### • Śniadanie

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g ( 1 )
- Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )
- Masło ekstra 82% 10g ( 7 )
- Jogurt owocowy 150g ( 7 )
- Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g ( 1 ) ( 7 )
- Kielbasa krotoszyńska wieprzowa 40g ( 6 )
- Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g ( 3 )
- Jabłka 100g
- Banany 150g

### • Obiad

- Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )
- Filet rybny z miruny gotowany w jarzynach 100g ( 9 ) ( 4 )
- Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g ( 7 )
- Surówka koperkowa z kapustą 100g ( 3 ) ( 10 )
- Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g ( 9 ) ( 7 )
- Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ( 9 )
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g ( 1 )
- Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )
- Masło ekstra 82% 10g ( 7 )
- Herbata z cukrem 200g
- Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g
- Dżem truskawkowy 25g
- Sałata zielona 20g
- Pomidor 50g

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

### • Śniadanie

- Bułka wrocławska 100g ( 1 )
- Masło ekstra 82% 10g ( 7 )
- Jogurt owocowy 150g ( 7 )
- Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g ( 1 ) ( 7 )
- Kielbasa krotoszyńska wieprzowa 40g ( 6 )
- Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g ( 3 )
- Jabłka 100g
- Banany 150g

### • Obiad

- Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )
- Filet rybny z miruny gotowany w jarzynach 100g ( 9 ) ( 4 )
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g ( 9 ) ( 7 )
- Bukiet jarzyn gotowany na parze z tłuszczem 100g ( 9 )
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Bułka wrocławska 100g ( 1 )
- Masło ekstra 82% 10g ( 7 )
- Herbata z cukrem 200g
- Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g
- Dżem truskawkowy 25g
- Sałata zielona 20g
- Pomidor 50g

# Jadłospis na wtorek 2024-11-26

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

## Dieta podstawowa (3p) (1)

<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Chleb żytni razowy na zakwasie 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Jogurt owocowy 150g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Filet drobiowy zapiekany 40g</li><li>• Pomidor 50g</li><li>• Sałata zielona 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Makaron z mięsem wieprzowym i szpinakiem 250g ( 1 ) ( 9 )</li><li>• Surówka z marchwi i jabłka 100g</li><li>• Kalafior gotowany na parze 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb żytni razowy na zakwasie 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Miód naturalny 25g</li><li>• Szynka krucha z pieca wieprzowa 40g ( 6 ) ( 9 ) ( 10 )</li><li>• Pomarańcze 100g</li></ul>
---	---	---

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Jogurt owocowy 150g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Filet drobiowy zapiekany 40g</li><li>• Pomidor 50g</li><li>• Sałata zielona 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa zacierkowa 300g ( 9 ) ( 1 ) ( 3 )</li><li>• Makaron z mięsem wieprzowym i szpinakiem 250g ( 1 ) ( 9 )</li><li>• Surówka z marchwi i jabłka 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Miód naturalny 25g</li><li>• Szynka krucha z pieca wieprzowa 40g ( 6 ) ( 9 ) ( 10 )</li><li>• Pomarańcze 100g</li></ul>
--	---	--

# Jadłospis na środa 2024-11-27

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

## Dieta podstawowa (3p) (1)

### • Śniadanie

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt naturalny 150g (7)
- Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g (1) (7)
- Szyńka szkolna wieprzowa 40g (1) (6) (7)
- Pomidor 50g
- Sałata zielona 20g

### • Obiad

- Zupa pomidorowa z ryżem 300g (9) (1) (7)
- Udo z kurczaka pieczone 130g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sałata zielona z jogurtem 80g (7)
- Buraczki duszone 100g (1)
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Paszтет Jana wieprzowy 50g (1) (3) (9)
- Dżem truskawkowy 25g
- Jabłka 100g

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

### • Śniadanie

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt naturalny 150g (7)
- Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g (1) (7)
- Szyńka szkolna wieprzowa 40g (1) (6) (7)
- Pomidor 50g
- Sałata zielona 20g

### • Obiad

- Zupa pomidorowa z ryżem 300g (9) (1) (7)
- Udo z kurczaka gotowane 130g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sałata zielona z jogurtem 80g (7)
- Buraczki duszone 100g (1)
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Paszтет Jana wieprzowy 50g (1) (3) (9)
- Dżem truskawkowy 25g
- Jabłka 100g

# Jadłospis na czwartek 2024-11-28

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

## Dieta podstawowa (3p) (1)

### • Śniadanie

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Ser twarogowy mielony 60g (7)
- Jogurt owocowy 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Polędwica wiśniowa, wieprzowa 40g (6)
- Sałata zielona 20g
- Pomidor 50g

### • Obiad

- Zupa szpinakowa z ziemniakami 300g (9) (1) (7)
- Kapusta z grochem 350g (7)
- Mus owocowy 100g 100g
- Kompot owocowy z cukrem 200g
- Chleb pszenno-żytni 100g (1)

### • Kolacja

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Filet drobiowy zapiekany 40g
- Banany 150g

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

### • Śniadanie

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Ser twarogowy mielony 60g (7)
- Jogurt owocowy 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Polędwica wiśniowa, wieprzowa 40g (6)
- Sałata zielona 20g
- Pomidor 50g

### • Obiad

- Zupa szpinakowa z ziemniakami 300g (9) (1) (7)
- Pulpet wieprzowy gotowany 90g (1) (3)
- Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g (1)
- Sos jarzynowy 100g (9) (1) (7)
- Surówka z marchwi i jabłka 100g
- Mus owocowy 100g 100g
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Filet drobiowy zapiekany 40g
- Banany 150g



# Jadłospis na piątek 2024-11-29

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

## Dieta podstawowa (3p) (1)

### • Śniadanie

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt naturalny 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Kielbasa krotoszyńska wieprzowa 40g (6)
- Pasta jajeczna 60g (3) (7)
- Sałata zielona 20g
- Pomidor 50g

### • Obiad

- Zupa krupnik z ziemniakami 300g (9) (1)
- Filet rybny z miruny panierowany smażony 100g (1) (3) (4)
- Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g (7)
- Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i cebuli z olejem 100g
- Bukiet warzyw gotowanych na parze 200g
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szyńka szkolna wieprzowa 40g (1) (6) (7)
- Jabłka 100g

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

### • Śniadanie

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt naturalny 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Kielbasa krotoszyńska wieprzowa 40g (6)
- Pasta jajeczna 60g (3) (7)
- Sałata zielona 20g
- Pomidor 50g

### • Obiad

- Zupa krupnik z ziemniakami 300g (9) (1)
- Filet rybny z miruny gotowany 100g (4)
- Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g (7)
- Bukiet warzyw gotowanych na parze 100g
- Buraczki duszone 100g (1)
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szyńka szkolna wieprzowa 40g (1) (6) (7)
- Jabłka 100g

# Jadłospis na sobota 2024-11-30

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

## Dieta podstawowa (3p) (1)

### • Śniadanie

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g ( 1 )
- Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )
- Masło ekstra 82% 10g ( 7 )
- Jogurt owocowy 125g ( 7 )
- Herbata z cukrem 200g
- Filet drobiowy zapiekany 40g
- Pomidor 50g
- Sałata zielona 20g

### • Obiad

- Zalewajka z ziemniakami 300g ( 7 ) ( 1 )
- Kotlet mielony wieprzowy smażony 80g ( 3 ) ( 1 )
- Ryż biały gotowany 200g
- Sałata zielona z jogurtem 80g ( 7 )
- Kalafior gotowany na parze 100g
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Chleb żytni razowy na zakwasie 35g ( 1 )
- Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )
- Masło ekstra 82% 10g ( 7 )
- Herbata z cukrem 200g
- Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g
- Marmolada wieloowocowa 25g
- Pomarańcze 150g

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

### • Śniadanie

- Bułka wrocławska 100g ( 1 )
- Masło ekstra 82% 10g ( 7 )
- Jogurt owocowy 125g ( 7 )
- Herbata z cukrem 200g
- Filet drobiowy zapiekany 40g
- Pomidor 50g
- Sałata zielona 20g

### • Obiad

- Zalewajka z ziemniakami 300g ( 7 ) ( 1 )
- Risotto z łopatką wieprzową i warzywami 250g ( 9 )
- Sos pomidorowy 100g ( 7 ) ( 1 )
- Sałata zielona z jogurtem 80g ( 7 )
- Marchew gotowana na parze 100g
- Kompot owocowy z cukrem 200g

### • Kolacja

- Bułka wrocławska 100g ( 1 )
- Masło ekstra 82% 10g ( 7 )
- Herbata z cukrem 200g
- Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g
- Marmolada wieloowocowa 25g
- Pomarańcze 150g

Tabela alergenów	
1	Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hubrydowe) i produkty pochodne
2	Skorupiaki i produkty pochodne
3	Jajka i produkty pochodne
4	Ryby i produkty pochodne
5	Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
6	Soja i produkty pochodne
7	Mleko i produkty pochodne
8	Orzechy tj. migdały ( <i>Amygdalus communis</i> L), orzechy laskowe ( <i>Corylus avellana</i> ), orzechy włoskie ( <i>Juglans regia</i> ), nerkowce ( <i>Anacardium occidentale</i> ), orzechy pekan ( <i>Carya illinoensis</i> /Wangenh/K.Koch), orzechy brazylijskie ( <i>Bertholletia excelsa</i> ), pistacje ( <i>Pistacia vera</i> ), orzechy makadamie lub orzechy Queensland ( <i>Macadamia ternifolia</i> ) i produkty pochodne
9	Seler zwyczajny i produkty pochodne
10	Gorzycza i produkty pochodne
11	Nasiona sezamu i produkty pochodne
12	Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO <sub>2</sub>
13	Łubin i produkty pochodne
14	Mięczaki i produkty pochodne