

		I śniadanie					II śniadanie					Obiad					Podwieczorek					Kolejca																																																								
		21.12 sobota	22.12 niedziela	23.12 poniedziałek	24.12 wtorek Wig.	25.12 środa Boże N.	Diety		26.12 czw II dz Św.	27.12 piątek	28.12 sobota	29.12 niedziela	30.12 poniedziałek	31.12 wtorek	Diety		26.12 czw II dz Św.	27.12 piątek	28.12 sobota	29.12 niedziela	30.12 poniedziałek	31.12 wtorek	Diety		26.12 czw II dz Św.	27.12 piątek	28.12 sobota	29.12 niedziela	30.12 poniedziałek	31.12 wtorek																																																
I śniadanie	podstawowa	pl jeżdżniennie na mleku 350ml, szynka włoska 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kasza kukurydziana na mleku 350ml, szynka włoska 40g, ogórek 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, sałatka makaronowa z szynką, ogórek 10g, koper 100g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kasza miana na mleku 350ml, twaróg biały 90g, dżem 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki owsiane na mleku 350ml, szynka galicyjska 50g, sałatka jarzynowa 120g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	I śniadanie	podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 350ml, szynka drobiowa 50g, papryka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jeżdżniennie na mleku 350ml, twaróg biały 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na mleku 350ml, wedzonka krotoszyńska 40g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jaglane na mleku 350ml, szynka słowińska 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	zacierka na mleku 350ml, ser żółty 50g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kasza miana na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	I śniadanie	z ogr latwoprzyswajalnych węglowodanów	pl jeżdżniennie na mleku 350ml, szynka włoska 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kasza kukurydziana na mleku 350ml, szynka włoska 40g, ogórek 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, sałatka makaronowa z szynką, ogórek 10g, koper 100g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Plaki ryżowe na mleku 350ml, twaróg biały 90g, dżem 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki owsiane na mleku 350ml, szynka galicyjska 50g, sałatka jarzynowa 120g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	I śniadanie	lekkostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 350ml, szynka drobiowa 50g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jeżdżniennie na mleku 350ml, twaróg biały 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na mleku 350ml, wedzonka krotoszyńska 40g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jaglane na mleku 350ml, szynka słowińska 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	zacierka na mleku 350ml, ser żółty 50g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kasza miana na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	I śniadanie	wysokokaloryczna	pl jeżdżniennie na mleku 350ml, szynka włoska 40g, pomidor 50g, hummus z pomidorami 20g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kasza kukurydziana na mleku 350ml, szynka włoska 40g, ogórek 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, sałmak z szynką, ogórek 10g, koper 100g, sałata 10g, hummus 30g, masło 15g, piecz mieszane 150g, herbata A:1,7	Plaki ryżowe na mleku 350ml, twaróg biały 90g, dżem 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Plaki owsiane na mleku 350ml, szynka galicyjska 50g, sałatka jarzynowa 120g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	I śniadanie	lekkostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 350ml, szynka drobiowa 50g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jeżdżniennie na mleku 350ml, twaróg biały 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na mleku 350ml, wedzonka krotoszyńska 40g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jaglane na mleku 350ml, szynka słowińska 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	zacierka na mleku 350ml, ser żółty 50g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kasza miana na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	I śniadanie	wegetariańska	pl jeżdżniennie na mleku 350ml, humus z pomidorami 80g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kasza kukurydziana na mleku 350ml, ser żółty 50g, ogórek 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na mleku 350ml, humus z sezamem 80g, sałmak z szynką, ogórkami i koper 100g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,11	Plaki ryżowe na mleku 350ml, twaróg biały 90g, dżem 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Plaki owsiane na mleku 350ml, wedzina wege 50g, sałatka jarzynowa 120g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	I śniadanie	lekkostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 350ml, szynka drobiowa 50g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jeżdżniennie na mleku 350ml, twaróg biały 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na mleku 350ml, wedzonka krotoszyńska 40g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jaglane na mleku 350ml, szynka słowińska 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	zacierka na mleku 350ml, ser żółty 50g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kasza miana na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7																			
	II śniadanie	bulka z twarozkiem ziółowym A:1,7	bulka z pastą warzywną A:1	bulka z szynką wojską A:1	bulka z pastą z białej fasoli A:1	bulka z twarozkiem ziółowym A:1,7		II śniadanie	podstawowa	zupa jarzynowa 400ml, pieczeń rzymska 90g w sosie pietruszk, ziemniaki 180g, sur z kiszonym ogórkim 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa pomidrowa z ryżem 400ml, gulasz warzywny z cukinią, pomidorami i ogórkami 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa szpinakowa z zacierką 400ml, szynka pieczona 90g, sos jarzynowy, ryz 200g, sur z marchewką i porem z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa kapusniak z ziemniakami 400ml, pulpet drobiowy 90g w sosie jarzynowym, ryz 200g, sur z marchewką i porem z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml, bitka wierzowa 90g, sos pietruszkowy 50g, ziemniaki 200g, surówka coliflaw 120g, kompot A:1,3,7,9		zupa ziemniaczana 400ml, makaron 180g z sosem szpinakowym i tofu 160g, sur czarnej kapusty 120g, kompot A:1,3,7,9	II śniadanie	z ogr latwoprzyswajalnych węglowodanów	zupa fasolowa 400ml, pierś z kurczaka gotowana 100g, ziemniaki 200g, sur z marchewki i jabłka z olejem 120g, kompot A:1,7,9	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, gulasz wierzowa 160g, kasza jęczmienna 200g, surówka z białej kapusty z koperem 120g, kompot A:1,7,9	zupa koperkowa z ryżem 400ml, sztuka mięsa 90g w sosie jasnym, ziemniaki 200g, sur z marchewki i jabłka 120g, kompot A:1,3,4,9		barszcz czerwony z ziemniakami, filet z minajęci panierowany pieczony 90g, sur z kiszonej kapusty 120g, ziemniaki 200g, kompot A:1,3,4,9	rosół z makaronem 400ml, schab pieczony 90g w jasnym sosie, kasza jęczmienna 180g, buraczki 120g, kompot A:1,3,9	zupa jarzynowa 400ml, pieczeń rzymska 90g w sosie pietruszk, ziemniaki 180g, sur z kiszonym ogórkim 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa pomidrowa z ryżem 400ml, gulasz warzywny z cukinią, pomidorami i ogórkami 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa szpinakowa z zacierką 400ml, szynka pieczona 90g, sos jarzynowy, ryz 200g, sur z marchewką i porem z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa kapusniak z ziemniakami 400ml, pulpet drobiowy 90g w sosie jarzynowym, ryz 200g, sur z marchewką i porem z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml, bitka wierzowa 90g, sos pietruszkowy 50g, ziemniaki 200g, surówka coliflaw 120g, kompot A:1,3,7,9		zupa ziemniaczana 400ml, makaron 180g z sosem szpinakowym i tofu 160g, sur czarnej kapusty 120g, kompot A:1,3,7,9	II śniadanie	lekkostrawna	zupa fasolowa 400ml, pierś z kurczaka gotowana 100g, ziemniaki 200g, sur z marchewki i jabłka z olejem 120g, kompot A:1,7,9	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, gulasz wierzowa 160g, kasza jęczmienna 200g, surówka z białej kapusty z koperem 120g, kompot A:1,7,9	zupa koperkowa z ryżem 400ml, sztuka mięsa 90g w sosie jasnym, ziemniaki 200g, sur z marchewki i jabłka 120g, kompot A:1,3,4,9		barszcz czerwony z ziemniakami, filet z minajęci panierowany pieczony 90g, sur z kiszonej kapusty 120g, ziemniaki 200g, kompot A:1,3,4,9	rosół z makaronem 400ml, schab pieczony 90g w jasnym sosie, kasza jęczmienna 180g, buraczki 120g, kompot A:1,3,9	zupa jarzynowa 400ml, pieczeń rzymska 90g w sosie pietruszk, ziemniaki 180g, bukiet jarzyn z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa pomidrowa z ryżem 400ml, gulasz warzywny z cukinią, pomidorami i ogórkami 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa szpinakowa z zacierką 400ml, szynka pieczona 90g, sos jarzynowy, ryz 200g, sur z marchewką i porem z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa kapusniak z ziemniakami 400ml, pulpet drobiowy 90g w sosie jarzynowym, ryz 200g, sur z marchewką i porem z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml, bitka wierzowa 90g, sos pietruszkowy 50g, ziemniaki 200g, bukiet jarzyn 120g, kompot A:1,3,7,9		zupa ziemniaczana 400ml, makaron 180g z sosem szpinakowym i tofu 160g, sur czarnej kapusty 120g, kompot A:1,3,7,9	II śniadanie	wysokokaloryczna	zupa fasolowa 400ml, pierś z kurczaka panierowana pieczona 110g, ziemniaki 200g, marchewka gotowana z olejem 120g, kompot A:1,7,9	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, gulasz wierzowa 180g, kasza jęczmienna 200g, surówka z białej kapusty z koperem 120g, kompot A:1,7,9	zupa koperkowa z ryżem 400ml, sztuka mięsa 110g w sosie jasnym, ziemniaki 200g, sur z marchewki i jabłka 120g, kompot A:1,3,4,9		barszcz czerwony z ziemniakami, filet z minajęci panierowany pieczony 100g, sur z kiszonej kapusty 120g, ziemniaki 200g, kompot A:1,3,4,9	rosół z makaronem 400ml, schab pieczony 110g w jasnym sosie, kasza jęczmienna 180g, buraczki 120g, kompot A:1,3,9	zupa jarzynowa 400ml, pieczeń rzymska 90g w sosie pietruszk, ziemniaki 180g, bukiet jarzyn z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa pomidrowa z ryżem 400ml, gulasz warzywny z cukinią, pomidorami i ogórkami 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa szpinakowa z zacierką 400ml, szynka pieczona 90g, sos jarzynowy, ryz 200g, sur z marchewką i porem z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa kapusniak z ziemniakami 400ml, pulpet drobiowy 90g w sosie jarzynowym, ryz 200g, sur z marchewką i porem z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml, bitka wierzowa 100g, sos pietruszkowy 50g, ziemniaki 200g, surówka coliflaw 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa ziemniaczana 400ml, makaron 180g z sosem szpinakowym i tofu 160g, sur czarnej kapusty 120g, kompot A:1,3,7,9	II śniadanie	wegetariańska	zupa wielowarzynna 400ml, pieczeń z soczewicy 110g w sosie cebulowym, ziemniaki 200g, marchewka gotowana z olejem 120g, kompot A:1,7,9	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, gulasz warzywny 160g, kasza jęczmienna 200g, surówka z białej kapusty z koperem 120g, kompot A:1,7,9	zupa koperkowa z ryżem 400ml, pulpet jarek 110g w sosie jasnym, ziemniaki 200g, sur z marchewki i jabłka 120g, kompot A:1,3,7,9	barszcz czerwony z ziemniakami, filet z minajęci panierowany pieczony 100g, brokul got z oliwą 120g, ziemniaki 200g, kompot A:1,3,4,9	rosół warzywny z makaronem 400ml, kotlet ziemniaczany 110g w jasnym sosie, kasza jęczmienna 180g, buraczki 120g, kompot A:1,3,9	zupa jarzynowa 400ml, pieczeń z ciecierzycy 100g, ziemniaki 180g, bukiet jarzyn z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa pomidrowa z ryżem 400ml, gulasz warzywny z cukinią, pomidorami i ogórkami 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa szpinakowa z zacierką 400ml, szynka pieczona 90g, sos jarzynowy, ryz 200g, sur z marchewką i porem z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa kapusniak z ziemniakami 400ml, pulpet drobiowy 90g w sosie jarzynowym, ryz 200g, sur z marchewką i porem z oliwą 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml, bitka wierzowa 100g, sos pietruszkowy 50g, ziemniaki 200g, surówka coliflaw 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa ziemniaczana 400ml, makaron 180g z sosem szpinakowym i tofu 160g, sur czarnej kapusty 120g, kompot A:1,3,7,9					
	Podwieczorek	jęgurt A:7	owoc	Serek homogenizowany A:7	galaretkę owocowa	ciasto święteczne A:1,3			Podwieczorek	podstawowa	szynka chłopska 40g, jako got 1 szt, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	pastę rybną z twarogiem i koperkiem 90g, ogórek kiszony 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,4,7	Kiełbasa krakowska 40g, sałatka wielowarzyw z kaszą bulgur 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	szynka galicyjska 40g, ogórek kiszony 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7		Twaróg wiejski z oliwkami 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7		Piersi wędzona z indyka 40g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Podwieczorek	z ogr latwoprzyswajalnych węglowodanów	szynka drobiowa 40g, pomidor 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7		twaróg biały 90g, jabłko, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kiełbasa szynkowa 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	pastę z tuńczykiem i serem 50g, ryba po grecku 50g, kapusta wigilna 100g, sałata śledź 100g, ciasto, piecz mieszane 150g, herbata A:1,3,4,7	szynka wiejska 50g, pasta warzywna z pieczoną dynią 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,9	szynka chłopska 40g, jako got 1 szt, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	pastę rybną z twarogiem i koperkiem 90g, ogórek kiszony 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,4,7	Kiełbasa krakowska 40g, sałatka wielowarzyw z kaszą bulgur 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7		szynka galicyjska 40g, ogórek kiszony 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7		Twaróg wiejski z oliwkami 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Piersi wędzona z indyka 40g, humus szpinakowy 40g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Podwieczorek	lekkostrawna		szynka drobiowa 40g, pomidor 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	twaróg biały 90g, miod 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kiełbasa szynkowa 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	pastę z tuńczykiem i serem 50g, ryba po grecku 50g, kap wigilna 100g, sałata śledź 100g, ciasto, piecz mieszane 150g, herbata A:1,3,4,7	szynka wiejska 50g, pasta warzywna z pieczoną dynią 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,9	szynka chłopska 40g, jako got 1 szt, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	pastę rybną z twarogiem i koperkiem 90g, ogórek kiszony 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,4,7		Kiełbasa krakowska 40g, sałatka wielowarzyw z kaszą bulgur 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7		szynka galicyjska 40g, ogórek kiszony 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Twaróg wiejski z oliwkami 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Piersi wędzona z indyka 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Podwieczorek		wysokokaloryczna	szynka drobiowa 40g, jako got 1 szt, pomidor 50g, sałata 10g, jako gotowane 1 szt, masło 15g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	twaróg biały 90g, szynka galicyjska 30g, miod 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kiełbasa szynkowa 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	pastę z tuńczykiem i serem 50g, ryba po grecku 50g, kap wigilna 100g, sałata śledź 100g, ciasto, piecz mieszane 150g, herbata A:1,3,4,7	szynka wiejska 50g, pasta warzywna z pieczoną dynią 60g, wedzina wege 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,9	jako got 1 szt, ser żółty 30g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	pastę rybną z twarogiem i koperkiem 90g, ogórek kiszony 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,4,7		Kiełbasa krakowska 40g, sałatka wielowarzyw z kaszą bulgur 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	szynka galicyjska 40g, ser żółty 50g, ogórek kiszony 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Twaróg wiejski z oliwkami 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Piersi wędzona z indyka 40g, humus szpinakowy 40g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Podwieczorek	wegetariańska	jako gotowane 2 szt, pomidor 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	twaróg biały 90g, dżem 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Twarozek wiejski 100g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	pastę z tuńczykiem i serem 50g, ryba po grecku 50g, kap wigilna 100g, sałata śledź 100g, ciasto, piecz mieszane 150g, herbata A:1,3,4,7	pastę warzywna z pieczoną dynią 60g, wedzina wege 40g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,9	jako got 1 szt, ser żółty 30g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	pastę rybną z twarogiem i koperkiem 90g, ogórek kiszony 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,4,7	wędzina wege 40g, sałatka wielowarzyw z kaszą bulgur 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Ser żółty 50g, ogórek kiszony 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Twaróg wiejski z oliwkami 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	humus szpinakowy 80g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7

Cyfry obok posiłków oznaczają zawarte w nich alergeny