

	I trymestr	II trymestr	III trymestr	laktacja
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (GLUTEN, MLEKO)350ml Wędlina polędwica50g(SOJA), Serek kiri 35g,roszponka 10g masło o zaw.82% ogórek zielony 50g, tłuszczu 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni (GLUTEN)65g/2kr chleb razowy (GLUTEN)35g/1kr herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku (GLUTEN, MLEKO)350ml Wędlina /polędwica sopocka/60g, /5pl(SOJA), Serek kiri35g roszponka 10 masło o zaw.82% ogórek zielony 50g, tłuszczu 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni (GLUTEN)65g/2kr chleb razowy (GLUTEN)35g/1kr herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku (GLUTEN, MLEKO)350ml Wędlina /polędwica sopocka/60g, /5pl(SOJA), roszponka10g Serek kiri35g masło o zaw.82% ogórek zielony 50 tłuszczu 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni (GLUTEN)65g/2kr chleb razowy (GLUTEN)35g/1kr herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku (GLUTEN, MLEKO)350ml roszponka10g Wędlina /polędwica sopocka/60g, /5pl(SOJA), serek kiri(35g),(MLEKO) masło o zaw.82% ogórek zielony 50g, tłuszczu 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni (GLUTEN)65g/2kr chleb razowy (GLUTEN)35g/1kr herbata 250ml
II Śniadanie	Sałátka z owoców150g, jogurt naturalny 180g, (MLEKO)	Sałátka z owoców150g, jogurt naturalny 180g,(MLEKO)	Sałátka z owoców150g, jogurt naturalny 180g,(MLEKO)	Sałátka z owoców 150g, jogurt naturalny 180g,(MLEKO)
Obiad	Barszcz biały (MLEKO, SELER) 400ml, Gulasz z indyka(GLUTEN, MLEKO, SELER) 200g, Kasza bulgur 200g, Buraczki z jabłkiem 100g, surówka z kapusty białej 100g, Kompot z owoców mieszanych 250ml,	Barszcz biały (MLEKO, SELER) 400ml, Gulasz z indyka (GLUTEN, MLEKO, SELER) 200g, Kasza bulgur200g, Buraczki z jabłkiem 100g, surówka z kapusty białej 100g, Kompot z owoców mieszanych 250ml,	Barszcz biały (MLEKO, SELER) 400ml, Gulasz z indyka (GLUTEN, MLEKO, SELER) 200g, Kasza bulgur 200g, Buraczki z jabłkiem 100g, surówka z kapusty białej 100g, Kompot z owoców mieszanych 250ml,	Barszcz biały (MLEKO, SELER) 400ml, Gulasz z indyka (GLUTEN, MLEKO, SELER) 200g, Kasza bulgur200g, Buraczki z jabłkiem 100g, surówka z kapusty białej 100g, brokuły gotowane 100g, Kompot z owoców mieszanych 250ml,
Podwieczorek	Serek waniliowy 150g/gluten/	Serek waniliowy 150g/gluten/	Serek waniliowy 150g/gluten/	Serek waniliowy 150g/gluten/
Kolacja	Pasta z ryby z ogórkiem kiszonym 70g Ser żółty 50g,(MLEKO) Pomidor 50g Tł. do smarowania 55% 20g chleb pszenno-żytni 100g/3kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Pasta z ryby z ogórkiem kiszonym 70g Ser żółty 50g,(MLEKO), Pomidor 50g Tł. do smarowania 55% 20g chleb pszenno-żytni 100g/3kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Pasta z ryby z ogórkiem kiszonym70g Ser żółty 50g,(MLEKO) Pomidor 50g, wędlina wp-szynka 30g, Tł. do smarowania 55% 20g chleb pszenno-żytni 100g/3kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Pasta z ryby z ogórkiem kiszonym 70g Ser żółty 50g,(MLEKO) wędlina wp-szynka 50g, Pomidor 50g Tł. do smarowania 55% 20g chleb pszenno-żytni 100g/3kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml

Dzień 1. Data – poniedziałek 20.01.2020

Wtorek 21.01.2020

	I trymestr	II trymestr	III trymestr	laktacja
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku (MLEKO)350ml I serek almette30 Wędlina Schab Benedykta 40g, pomidor 50g,sałata 25g masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Kasza kukurydziana na mleku (MLEKO)350ml Wędlina Schab Benedykta 50g, pomidor 50g, serek almette30g (MLEKO) sałata 25g masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Kasza kukurydziana na mleku (MLEKO)350ml Wędlina Schab Benedykta 50g, pomidor 50g,sałata 25g serek almette 30g(MLEKO) masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Kasza kukurydziana na mleku (MLEKO)350ml Wędlina Schab Benedykta 50g, pomidor 50g, Sałata 25g serek almette30g(MLEKO) masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml
II Śniadanie	Gruszka 150g jogurt owocowy 100g	Gruszka 150g ogurt owocowy 100g	Gruszka150gjogurt owocowy100g	Gruszka 150g jogurt owocowy 100g,
Obiad	Pomidorowa z makaronem (MLEKO, GLUTEN)400ml, Filet drobiowy panierowany (GLUTEN, JAJA)80g BUKIET Z WARZYW 100g,(GLUTEN) ziemniaki gotowane 200g kompot z owoców mieszanych 250ml	Pomidorowa z makaronem (MLEKO, GLUTEN)400ml, Filet drobiowy panierowany (GLUTEN, JAJA)80g bukiet z warzyw 100g Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g, (GLUTEN), marchew gotowana 100g, ziemniaki gotowane 200g kompot z owoców mieszanych 250ml	Pomidorowa z makaronem (MLEKO, GLUTEN)400ml, Filet drobiowy panierowany (GLUTEN, JAJA)100g, bukiet z warzyw 100g, Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g,(GLUTEN) ziemniaki gotowane 200g kompot z owoców mieszanych 250ml	Pomidorowa z makaronem (MLEKO, GLUTEN)400ml, Filet drobiowy panierowany (GLUTEN, JAJA)100g bukiet z warzyw Got 100g Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g, (GLUTEN), sur pekińskiej 100g, ziemniaki gotowane 200g kompot z owoców mieszanych 250ml
Podwieczorek	Sałatka z rukoli z mozarella suszonymi pomidorami150g	Sałatka z rukoli z mozarella suszonymi pomidrami150g	Szałatka z rukoli i mozarella suszonymi pomidorami150g	Sałatka z rukoli z mozarella i suszone pomidory 150g
Kolacja	Pasta z twarogu i jajka z natką pietruszki 50g papryka50g roszponka10g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Pasta z twarogu i jajka z natka 70g Papryka 50g,roszponka 10g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Pasta z twarogu i jajka z natka pietruszki70g szynka bauer 40g Papryka 50g roszponka10g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Pasta z twarogu i jajka i natką pietruszki 70g wędlina szynka bauer 60g, papryka50groszponka10g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml

	I trymestr	II trymestr	III trymestr	laktacja
Śniadanie	kasza manna na mleku 350ml (MLEKO, GLUTEN) sałatka z rukoli szynka ,ser feta100g Papryka świeża 50g dżem 25g masło o zaw.82% tłuszczu20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr(GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	kasza manna na mleku 350ml (MLEKO, GLUTEN) sałatka z rukoli szynka ,ser feta100g Papryka świeża 50g dżem 25g masło o zaw.82% tłuszczu20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr(GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	kasza manna na mleku 350ml (MLEKO, GLUTEN) sałatka z rukoli szynka ,ser feta100g Papryka świeża 50g dżem 25g masło o zaw.82% tłuszczu20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr(GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	kasza manna na mleku 350ml (MLEKO, GLUTEN) szynka sopocka 40g 2 sałatka z rukoli szynka ,ser feta100g Papryka świeża 50g dżem 25g masło o zaw.82% tłuszczu20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr(GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml
II Śniadanie	koktajl bananowy 250ml,(MLEKO)	koktajl bananowy 250ml,(MLEKO)	koktajl bananowy 250ml,(MLEKO)	koktajl bananowy 250ml,(MLEKO)100g (banan)
Obiad	Jarzynowa z (MLEKO, GLUTEN)400ml Naleśniki z serem 3szt 200g(GLUTEN)200g, Jogurt owocowy100ml, 100g, kompot z owoców mieszanych 250ml Jabłko 100-200g,	Jarzynowa (MLEKO, GLUTEN)400ml Naleśniki z serem 3szt200g(GLUTEN)200g, Jogurt owocowy 100ml, surówka z marchwi jabłka 100g, kompot z owoców mieszanych 250ml jabłko100-200	Jarzynowa (MLEKO, GLUTEN)400ml Naleśniki z serem 300g 4szt (GLUTEN) Jogurt owocowy 100ml, surówka z marchwi jabłka 100g, kompot z owoców mieszanych 250ml Jabłko 100-200g,	Jarzynowa (MLEKO, GLUTEN)400ml Naleśniki z serem 300g 4szt(GLUTEN) Jogurt owocowy 100ml, surówka z marchwi jabłka 100g, kompot z owoców mieszanych 250ml Jabłko 100-200g,
Podwieczorek	bułka drożdżowa 65g,(GLUTEN) kakao200ml,(MLEKO)	bułka drożdżowa 65g,(GLUTEN) kakao 200ml,(MLEKO)	bułka drożdżowa 65g,(GLUTEN) kakao200ml,(MLEKO)	bułka drożdżowa 65g,(GLUTEN) kakao200ml,(MLEKO)
Kolacja	Sałatka z jarzynowa 100g, (MLEKO),ser żółty 20g szynka 20g /1pl pomidor 50g, Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr., (GLUTEN)chleb razowy 35g/1kr, (GLUTEN) herbata 250ml	Sałatka jarzynowa 100g, (MLEKO)ser żółty 20g szynka 20g/1pl pomidor 50g, Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr., (GLUTEN)chleb razowy 35g/1kr, (GLUTEN) herbata 250ml	Sałatka jarzynowa 100g, (MLEKO)ser żółty 40g/2pl/szynka 20g/1pl pomidor 50g, Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr., (GLUTEN)chleb razowy 35g/1kr, (GLUTEN) herbata 250ml	Sałatka jarzynowa 100g, (MLEKO) pomidor 50g, ser żółty 40g/2pl/lshynka 20g/1pl Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr., (GLUTEN)chleb razowy 35g/1kr,(GLUTEN) herbata 250ml

Środa 22.01.2020

Dzień 4. Data – czwartek 23.01.2020

	I trymestr	II trymestr	III trymestr	laktacja
Śniadanie	Kawa mleczna(MLEKO) 250ml, jajecznica 100g,(AJAJ) szczypior 5g, Pomidor 50g masło o zaw.82% tłuszczu (MLEKO)20g chleb pszenno-żytni(GLUTEN) 65g/2kr chleb razowy (GLUTEN)35g/1kr	Kawa mleczna(MLEKO) 250ml, jajecznica 75g,(AJAJ)polędwica40g szczypior 5g, Pomidor 50g masło o zaw.82% tłuszczu (MLEKO)20g chleb pszenno-żytni(GLUTEN) 65g/2kr chleb razowy (GLUTEN)35g/1kr	Kawa mleczna(MLEKO) 250ml, jajecznica 75g,(AJAJ)polędwica 50g szczypior 5g, Pomidor 50g masło o zaw.82% tłuszczu (MLEKO)20g chleb pszenno-żytni(GLUTEN) 65g/2kr chleb razowy (GLUTEN)35g/1kr	Kawa mleczna(MLEKO) 250ml, jajecznica 100g,(AJAJ)polędwica50g szczypior 5g, Pomidor 50g masło o zaw.82% tłuszczu (MLEKO)20g chleb pszenno-żytni(GLUTEN) 65g/2kr chleb razowy (GLUTEN)35g/1kr
II Śniadanie	Serek ziarnisty 150g	Serek ziarnisty 150g	Serek ziarnisty 150g	Serek ziarnisty150g
Obiad	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml, (GLUTEN) Schab gotowany w sosie własnym 100g/80ml, Surówka porowa w delikatnym sosie 100g, ziemniaki 200g, kompot z owoców mieszanych 250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml, (GLUTEN) Schab gotowany w sosie własnym 100g/80ml, bukiet warzyw gotowanych 100g, Surówka porowa w delikatnym sosie 100g, ziemniaki 200g, kompot z owoców mieszanych 250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml, (GLUTEN) Schab gotowany w sosie własnym 100g/80ml, bukiet warzyw gotowanych 100g, Surówka porowa w delikatnym sosie 100g, ziemniaki 200g, kompot z owoców mieszanych 250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml, (GLUTEN) Schab gotowany w sosie własnym 100g/80ml, bukiet warzyw gotowanych 100g, Surówka porowa w delikatnym sosie 100g, ziemniaki 200g, kompot z owoców mieszanych 250ml
Podwieczorek	Sałatka z owoców 150g	Sałatka z owoców 150g	Sałatka z owoców 150g	Sałatka z owoców 150g
Kolacja	Humus z suszonymi pomidorami 50g,(SOJA), serek kiri35 Ogórek kiszony 50g roszonek10g Tł. do smarowania 55% 20g, (MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr , (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr, (GLUTEN) herbata 250ml	Humus z suszonymi pomidorami 50g, (SOJA), serek kiri 35g Ogórek kiszony 50groszonek10g Tł. do smarowania 55% 20g, (MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr , (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr, (GLUTEN) herbata 250ml	Humus z suszonymi pomidorami 50g,(SOJA), serek kiri35g , Ogórek kiszony 50groszonek10g Tł. do smarowania 55% 20g, (MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr , (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr, (GLUTEN) herbata 250ml	Humus z suszonymi pomidorami 50g,(SOJA), serek kiri 35g roszonek 10 ogórek kiszony 50g Tł. do smarowania 55% 20g, (MLEKO) chleb pszenno-żytni 100g/3kr ,(GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr, (GLUTEN) herbata 250ml

Dzień 5. Data – piątek 24.02.2019

	I trymestr	II trymestr	III trymestr	laktacja
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLEKO, GLUTEN) Papryka świeża 50g pasta z twarogu i rzodkiewki 70g masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLEKO, GLUTEN) Paszтет zapiekany 50g, pasta z twarogu z rzodkiewką i koperkiem 30g, Papryka świeża 50g masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLEKO, GLUTEN) Paszтет zapiekany 60g, pasta z twarogu z rzodkiewką i koperkiem 50g, Papryka świeża 50g masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLEKO, GLUTEN) Paszтет zapiekany 70g, pasta z twarogu z rzodkiewką i koperkiem 70g, Papryka świeża 50g masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml
II Śniadanie	Jogurt 180g	Jogurt 180g	Jogurt 180g	Jogurt 180g
Obiad	Barszcz ukraiński z fasolą 400ml Dorsz parowany 100g,(RYBY) sos cytrynowy 100g, (SELER, GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 100g, Ziemniaki 200g, kompot z owoców mieszanych 250ml	Barszcz ukraiński z fasolą 400ml Dorsz parowany 100g,(RYBY) sos cytrynowy 100g, (SELER, GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 100g, Ziemniaki 200g, kompot z owoców mieszanych 250ml	Barszcz ukraiński z fasolą 400ml Dorsz parowany 100g,(RYBY) sos cytrynowy 100g, (SELER, GORCZYCA), surówka z ogórka kiszzonego i kapusty włoskiej 120g, Surówka z marchwi i jabłka 120g, Ziemniaki 200g, kompot z owoców mieszanych 250ml	Barszcz ukraiński z fasolą 400ml Dorsz parowany 100g,(RYBY) sos cytrynowy 100g, (SELER, GORCZYCA), surówka z ogórka kiszzonego i kapusty włoskiej 150g, Surówka z marchwi i jabłka 150g, Ziemniaki 200g, kompot z owoców mieszanych 250ml
Podwieczorek	sałatka z makaronu razowego i brokuła 150g,(GLUTEN)	sałatka z makaronu razowego i brokuła 150g,(GLUTEN)	sałatka z makaronu razowego i brokuła 150g,(GLUTEN)	sałatka z makaronu razowego i brokuła 150g,(GLUTEN)
Kolacja	Wędlina szynka got 20g, (JAJA) ogórek 50g ,mandarynka 1szt/120g Jajko Got 1 50g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN)	Wędlina szynka got 40g, (JAJA) ogórek 50g mandarynka 120g Jajko Got 50g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN)	Wędlina szynka got 50g (JAJA) ogórek 50g mandarynka 1szt/120g Jajko Got 50g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN)	Wędlina szynka got 60g, (JAJA) Ogórek 50g, mandarynka 120g, jajko Got.50g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN)

	chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	herbata 250ml	chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	herbata 250ml
--	---	---------------	---	---------------

Dzień 6. Data – sobota 25.01.2020

	I trymestr	II trymestr	III trymestr	laktacja
Śniadanie	Kawa mleczna 250ml , (MLEKO) Pasta z jajka i twarogu 70g pomidor 50g, jabłko 150g masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Kawa mleczna 250ml , (MLEKO) Pasta z jajka i twarogu z koperkiem70g pomidor 50g,jabłko 150g masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Kawa mleczna 250ml , (MLEKO) Pasta z jajka i twarogu koperkiem 70g pomidor 50g, jabłko 150g masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Kawa mleczna 250ml , (MLEKO) Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 80 pomidor 50g, jabłko 150g masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml
II Śniadanie	serek waniliowy 150g.	Serek waniliowy 150g	Serek waniliowy 1szt	Serek waniliowy 150g.
Obiad	Brokułowa z makaronem 400ml(GLUTEN) Pulpet drobiowy 100g2 szt /50g/ Sos jarzynowy 80ml Buraczki z jabłkiem 100g Kasza gryczana 200g kompot z owoców mieszanych 250ml	Brokułowa z makaronem 400ml(GLUTEN) Pulpet drobiowy 100g2szt/50g/ Sos jarzynowy 80ml Buraczki z jabłkiem 100g Kasza gryczana 200g kompot z owoców mieszanych 250ml	Brokułowa z makaronem 400ml(GLUTEN) Pulpet drobiowy 100g2szt/50g/ Sos jarzynowy 80ml Buraczki z jabłkiem 120g Kasza gryczana 200g kompot z owoców mieszanych 250ml	Brokułowa z makaronem 400ml(GLUTEN) Pulpet drobiowy 100 g2szt/50g/ Sos jarzynowy 80ml Buraczki z jabłkiem 150g Kasza gryczana 250g kompot z owoców mieszanych 250ml
Podwieczorek	Ryż z musem malinowym 150g, (MLEKO) gluten,	Ryż z musem malinowym150g	Ryż z musem malinowym150g	Ryż z musem malinowym150g
Kolacja	szynka gotowana wieprzowa30g/2pl papryka św50g 50g ser żółty 20g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Szynka Got wp.30g/2pl papryka św 50gser żółty 40g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	szynka Got.wp.50g/3pl papryka św 50g.ser żółty 40g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Szynka Got wp,60g papryka św50g,ser żółty 50g Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml

Dzień 7. Data – niedziela 26.01.202

	I trymestr	II trymestr	III trymestr	laktacja
Śniadanie	Kawa mleczna 250ml,(MLEKO) Parówka dr.„Sokoliki”2szt/70g ketchup 25g 1 szt., Pomidor 50g , masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) mozarella30g roszponka10g chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Kawa mleczna 250ml,(MLEKO) Parówka dr.„Sokoliki”2szt/70g ketchup 25g 1 szt., Pomidor 50g , masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml mozarella 30g roszponka10g	Kawa mleczna 250ml,(MLEKO) Parówka dr.„Sokoliki”2szt/70g ketchup 25g 1 szt., Pomidor 50g , masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) mozarella30g roszponka 10g chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Kawa mleczna 250ml,(MLEKO) Parówka dr.„Sokoliki”2szt/70g ketchup 25g 1 szt., Pomidor 50g , masło o zaw.82% tłuszczu 20g (MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml mozarella 30g roszponka10g
II Śniadanie	sałatka z kaszą bulgur z warzywami 200g, (GLUTEN)	sałatka z kaszą bulgur z warzywami 200g, (GLUTEN)	sałatka z kaszą bulgur z warzywami 200g, (GLUTEN)	sałatka z kaszą bulgur z warzywami 200g, (GLUTEN)
Obiad	Rosół z makaronem nitki 400ml(GLUTEN) Udko pieczone kurczaka 250g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, kukurydzy i ogórka 100g, ziemniaki gotowane 200g kompot z owoców mieszanych 250ml	Rosół z makaronem nitki 400ml(GLUTEN) Udko kurczaka pieczona 250g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, kukurydzy i ogórka 100g, ziemniaki gotowane 200g kompot z owoców mieszanych 250ml	Rosół z makaronem nitki 400ml(GLUTEN) Udko kurczaka pieczona 250g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, kukurydzy i ogórka 120g, marchew z groszkiem 120g, ziemniaki gotowane 200g kompot z owoców mieszanych 250ml	Rosół z makaronem nitki 400ml(GLUTEN) udko z kurczaka pieczona 250g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, kukurydzy i ogórka 150g, marchew z groszkiem 150g, ziemniaki gotowane 200g kompot z owoców mieszanych 250ml
Podwieczorek	Banan 150g	Banan150g	Banan150g	Banan150g
Kolacja	Pasta z twarogu rzodkiewki 50g, (MLEKO) Ogórek zielony 50g , schab złoty 50g, Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Pasta z twarogu i rzodkiewki 50g(MLEKO) ogórek zielony 50g schab złoty 50g, Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Pasta z twarogu i rzodkiewki 50g, (MLEKO) Ogórek 50g, dżem 25g- 1 szt. , schab złoty 50g, Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml	Pasta z twarogu i rzodkiewki70g, (MLEKO) Ogórek 50g , dżem 25g-1 szt. , schab złoty 60g, Tł. do smarowania 55% 20g(MLEKO) chleb pszenno-żytni 65g/2kr (GLUTEN) chleb razowy 35g/1kr(GLUTEN) herbata 250ml