

**Poniedziałek, 15.06.2020**

<i>Posiłek</i>	<i>I trymestr</i>	<i>II trymestr</i>	<i>III trymestr</i>	<i>Laktacja</i>
<b>Śniadanie</b>	Kawa inka na mleku 200ml Szynka z indyka 45g/ 3pl Jajecznica 80g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb pszenny 1kr/35g chleb razowy 2kr/70g	Kawa inka na mleku 200ml Szynka z indyka 45g/ 3pl Jajecznica 80g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb pszenny 1kr/35g chleb razowy 2kr/70g	Kawa inka na mleku 200ml Szynka z indyka 45g/ 3pl Jajecznica 100g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb pszenny 2kr/70g chleb razowy 2kr/70g	Kawa inka na mleku 200ml Szynka z indyka 45g/ 3pl Jajecznica 100g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb pszenny 2kr/70g chleb razowy 2kr/70g
<b>II śniadanie</b>	Sałatka z ogórka, pomidora, rukoli, fety i słonecznika 120g	Sałatka z ogórka, pomidora, rukoli, fety i słonecznika 150g	Sałatka z ogórka, pomidora, rukoli, fety i słonecznika 150g	Sałatka z ogórka, pomidora, rukoli, fety i słonecznika 150g
<b>Obiad</b>	Zupa koperkowa 300ml Leczo z papryką, cukinią, pomidorami i kurczakiem 200g ziemniaki 200g buraczki 100g kompot 200ml	Zupa koperkowa 300ml Leczo z papryką, cukinią, pomidorami i kurczakiem 250g ziemniaki 200g buraczki 100g kompot 200ml jabłko 170g	Zupa koperkowa 300ml Leczo z papryką, cukinią, pomidorami i kurczakiem 250g ziemniaki 200g buraczki 100g kompot 200ml jabłko 170g	Zupa koperkowa 300ml Leczo z papryką, cukinią, pomidorami i kurczakiem 250g ziemniaki 200g buraczki 100g kompot 200ml jabłko 170g
<b>Podwieczorek</b>	Budyń czekoladowy z kaszy jaglonej i mleka 200g mus z malin z miodem 50ml	Budyń czekoladowy z kaszy jaglonej i mleka 200g mus z malin z miodem 50ml	Budyń czekoladowy z kaszy jaglonej i mleka 200g mus z malin z miodem 50ml	Budyń czekoladowy z kaszy jaglonej i mleka 200g mus z malin z miodem 50ml
<b>Kolacja</b>	Sałatka jarzynowa 100g Polędwica sopocka 50g masło 10g ogórek zielony 80g sałata 10g chleb pszenny 2kr/70g chleb razowy 2kr/70g herbata czarna 200ml	Sałatka jarzynowa 100g Polędwica sopocka 50g masło 10g ogórek zielony 80g sałata 10g chleb pszenny 2kr/70g chleb razowy 2kr/70g herbata czarna 200ml	Sałatka jarzynowa 100g Polędwica sopocka 50g masło 10g ogórek zielony 80g sałata 10g chleb pszenny 2kr/70g chleb razowy 2kr/70g herbata czarna 200ml	Sałatka jarzynowa 100g Polędwica sopocka 50g masło 10g ogórek zielony 80g sałata 10g chleb pszenny 2kr/70g chleb razowy 2kr/70g herbata czarna 200ml
<b>Energia</b>	<b>2229kcal</b>	<b>2409kcal</b>	<b>2526kcal</b>	<b>2526kcal</b>

**Wtorek, 16.06.2020**

<i>Posiłek</i>	<i>I trymestr</i>	<i>II trymestr</i>	<i>III trymestr</i>	<i>Laktacja</i>
<b>Śniadanie</b>	Kakao na mleku 200ml Dżem malinowy 25g/1szt. Twarożek na słodko z rodzynekami i cynamonem 50g Rogalik maślany 1szt/80g masło 10g pomarańcza 120g/ ½ szt.	Kakao na mleku 200ml Dżem malinowy 25g/1szt. Twarożek na słodko z rodzynekami i cynamonem 60g Rogalik maślany 1szt/80g chleb razowy 1kr/35g masło 10g pomarańcza 120g/ ½ szt.	Kakao na mleku 200ml Dżem malinowy 25g/1szt. Twarożek na słodko z rodzynekami i cynamonem 80g Rogalik maślany 1szt/80g chleb razowy 1kr/35g masło 10g pomarańcza 120g/ ½ szt.	Kakao na mleku 200ml Dżem malinowy 25g/1szt. Twarożek na słodko z rodzynekami i cynamonem 80g Rogalik maślany 1szt/80g chleb razowy 1kr/35g masło 10g pomarańcza 120g/ ½ szt.
<b>II śniadanie</b>	Sałátka z burakiem, fetą, rukolą i słonecznikiem 150g	Sałátka z burakiem, fetą, rukolą i słonecznikiem 150g	Sałátka z burakiem, fetą, rukolą i słonecznikiem 150g	Sałátka z burakiem, fetą, rukolą i słonecznikiem 150g
<b>Obiad</b>	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml Roladki z kurczaka faszerowane papryką i mozzarellą 130g sos śmietankowo- ziołowy 30ml kasza bulgur 200g Fasolka szparagowa 100g surówka z kapusty 50g kompot 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml Roladki z kurczaka faszerowane papryką i mozzarellą 130g sos śmietankowo- ziołowy 50ml kasza bulgur 200g Fasolka szparagowa 100g surówka z kapusty 100g kompot 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml Roladki z kurczaka faszerowane papryką i mozzarellą 130g sos śmietankowo- ziołowy 50ml kasza bulgur 200g Fasolka szparagowa 100g surówka z kapusty 100g kompot 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml Roladki z kurczaka faszerowane papryką i mozzarellą 150g sos śmietankowo- ziołowy 50ml kasza bulgur 200g Fasolka szparagowa 100g surówka z kapusty 100g kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Koktajl malinowo- bananowy z mlekiem i miodem 200ml	Koktajl malinowo- bananowy z mlekiem i miodem 200ml	Koktajl malinowo- bananowy z mlekiem i miodem 200ml	Koktajl malinowo- bananowy z mlekiem i miodem 200ml
<b>Kolacja</b>	Pasta rybna z wędzonego dorsza ze szczypiorkiem 50g ser żółty 15g/ 1pl Papryka czerwona 80g rukola 10g masło 10g chleb pszenny 1kr/35g chleb razowy 2kr/ 70g herbata czarna 200ml	Pasta rybna z wędzonego dorsza ze szczypiorkiem 80g ser żółty 15g/ 1pl Papryka czerwona 80g rukola 10g masło 10g chleb pszenny 1kr/35g chleb razowy 2kr/ 70g herbata czarna 200ml	Pasta rybna z wędzonego dorsza ze szczypiorkiem 80g ser żółty 15g/ 1pl Papryka czerwona 80g rukola 10g masło 10g chleb pszenny 2kr/ 70g chleb razowy 2kr/ 70g herbata czarna 200ml	Pasta rybna z wędzonego dorsza ze szczypiorkiem 80g ser żółty 30g/ 2pl Papryka czerwona 80g rukola 10g masło 10g chleb pszenny 2kr/ 70g chleb razowy 2kr/ 70g herbata czarna 200ml
<b>Energia</b>	<b>2174kcal</b>	<b>2391kcal</b>	<b>2507kcal</b>	<b>2580kcal</b>

**Środa, 17.06.2020**

<i>Posiłek</i>	<i>I trymestr</i>	<i>II trymestr</i>	<i>III trymestr</i>	<i>Laktacja</i>
<b>Śniadanie</b>	Zupa mleczna z ryżem 300ml Sałatka z groszku, szynki, jajka i roszponki 70g serek kiri 1szt/17g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb razowy 70g/2kr chleb pszenno-żytni 1kr/ 35g herbata czarna 200ml	Zupa mleczna z ryżem 300ml Sałatka z groszku, szynki, jajka i roszponki 70g Serek Almette 30g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb razowy 70g/2kr chleb pszenno-żytni 1kr/ 35g herbata czarna 200ml	Zupa mleczna z ryżem 300ml Sałatka z groszku, szynki, jajka i roszponki 70g Serek Almette 30g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb razowy 70g/2kr chleb pszenno-żytni 2kr/ 70g herbata czarna 200ml	Zupa mleczna z ryżem 300ml Sałatka z groszku, szynki, jajka i roszponki 100g Serek Almette 30g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb razowy 70g/2kr chleb pszenno-żytni 2kr/ 70g herbata czarna 200ml
<b>II śniadanie</b>	Marchewki obrane 50g	Marchewki obrane 50g	Serek kiri przekąska 1szt/ 35g marchewki obrane 50g	Serek kiri przekąska 1szt/ 35g marchewki obrane 50g
<b>Obiad</b>	Zupa jarzynowa 300ml Pierogi ruskie 200g/8szt Surówka z marchewki i jabłka 150g jogurt naturalny 180g/ 1szt. Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 300ml Pierogi ruskie 250g/10szt Surówka z marchewki i jabłka 150g jogurt naturalny 180g/ 1szt. Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 300ml Pierogi ruskie 250g/10szt Surówka z marchewki i jabłka 150g jogurt naturalny 180g/ 1szt. Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 300ml Pierogi ruskie 250g/10szt Surówka z marchewki i jabłka 150g jogurt naturalny 180g/ 1szt. Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Serek wiejski 150g pomarańcza 120g/ ½ szt.	Serek wiejski 150g pomarańcza 120g/ ½ szt.	Serek wiejski 150g pomarańcza 120g/ ½ szt.	Serek wiejski 150g pomarańcza 120g/ ½ szt.
<b>Kolacja</b>	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorkiem 100g pasztet zapiekany 40g masło 10g ogórek kiszony 80g rukola 10g chleb pszenny 2kr/ 70g chleb razowy 2kr / 70g herbata 200ml	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorkiem 100g pasztet zapiekany 40g masło 10g ogórek kiszony 80g rukola 10g chleb pszenny 2kr/ 70g chleb razowy 2kr / 70g herbata 200ml	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorkiem 100g pasztet zapiekany 40g masło 10g ogórek kiszony 80g rukola 10g chleb pszenny 2kr/ 70g chleb razowy 2kr / 70g herbata 200ml	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorkiem 100g pasztet zapiekany 40g masło 10g ogórek kiszony 80g rukola 10g chleb pszenny 2kr/ 70g chleb razowy 2kr / 70g herbata 200ml
<b>Energia</b>	<b>2248kcal</b>	<b>2360kcal</b>	<b>2550kcal</b>	<b>2588kcal</b>

**Czwartek, 18.06.2020**

<i>Posiłek</i>	<i>I trymestr</i>	<i>II trymestr</i>	<i>III trymestr</i>	<i>Laktacja</i>
<b>Śniadanie</b>	Kawa Inka na mleku 200ml Jajko gotowane 1szt/50g sos tatarski 20g/ 1 łyżka Polędwica sopocka 35g/ 3pl masło 10g Rzodkiewka 60g/ 4szt. Sałata 10g chleb baltonowski 35g/ 1kr chleb razowy 70g/ 2kr	Kawa Inka na mleku 200ml Jajko gotowane 1szt/50g sos tatarski 20g/ 1 łyżka Polędwica sopocka 60g/ 5pl masło 10g Rzodkiewka 60g/ 4szt. Sałata 10g chleb baltonowski 35g/ 1kr chleb razowy 70g/ 2kr	Kawa Inka na mleku 200ml Jajko gotowane 1szt/50g sos tatarski 20g/ 1 łyżka Polędwica sopocka 60g/ 5pl masło 10g Rzodkiewka 60g/ 4szt. Sałata 10g chleb baltonowski 35g/ 1kr chleb razowy 70g/ 2kr	Kawa Inka na mleku 200ml Jajko gotowane 1szt/50g sos tatarski 20g/ 1 łyżka Polędwica sopocka 60g/ 5pl masło 10g Rzodkiewka 60g/ 4szt. Sałata 10g chleb baltonowski 70g/ 2kr chleb razowy 70g/ 2kr
<b>II śniadanie</b>	Sałatka z kaszy pęczak, suszonych pomidorów, rukoli i szynki 100g	Sałatka z kaszy pęczak, suszonych pomidorów, rukoli i szynki 100g	Sałatka z kaszy pęczak, suszonych pomidorów, rukoli i szynki 150g	Sałatka z kaszy pęczak, suszonych pomidorów, rukoli i szynki 150g
<b>Obiad</b>	Zupa krem z brokuła 300ml Drobiowe pulpeciki 120g w sosie pomidorowym 100ml kluski śląskie 200g/ 10szt. Buraczki tarte 100g surówka z kapusty 100g kompot 200ml	Zupa krem z brokuła 300ml Drobiowe pulpeciki 120g w sosie pomidorowym 100ml kluski śląskie 200g/ 10szt. Buraczki tarte 100g surówka z kapusty 100g kompot 200ml	Zupa krem z brokuła 300ml Drobiowe pulpeciki 120g w sosie pomidorowym 100ml kluski śląskie 200g/ 10szt. Buraczki tarte 100g surówka z kapusty 100g kompot 200ml	Zupa krem z brokuła 300ml Drobiowe pulpeciki 120g w sosie pomidorowym 100ml kluski śląskie 200g/ 10szt. Buraczki tarte 100g surówka z kapusty 100g kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Ryż na mleku z cynamonem 100g mus z jabłka słodzony 50g	Ryż na mleku z cynamonem 150g mus z jabłka słodzony 50g	Ryż na mleku z cynamonem 200g mus z jabłka słodzony 50g	Ryż na mleku z cynamonem 200g mus z jabłka słodzony 50g
<b>Kolacja</b>	Pasta warzywna 80g Mozzarella 30g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb baltonowski 35g/1kr chleb razowy 70g/ 2kr herbata czarna 200ml	Pasta warzywna 80g Mozzarella 50g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb baltonowski 70g/2kr chleb razowy 70g/ 2kr herbata czarna 200ml	Pasta warzywna 80g Mozzarella 50g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb baltonowski 70g/2kr chleb razowy 70g/ 2kr herbata czarna 200ml	Pasta warzywna 80g Mozzarella 50g masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb baltonowski 70g/2kr chleb razowy 70g/ 2kr herbata czarna 200ml
<b>Energia</b>	<b>2225kcal</b>	<b>2431kcal</b>	<b>2509kcal</b>	<b>2598kcal</b>

**Piątek, 19.06.2020**

<i>Posiłek</i>	<i>I trymestr</i>	<i>II trymestr</i>	<i>III trymestr</i>	<i>Laktacja</i>
<b>Śniadanie</b>	Płatki owsiane na mleku 300ml serek wiejski 150g połudwica sopocka 35g/3pl masło 10g papryka 80g rukola 10g chleb pszenny 2kr/ 70g chleb razowy 2kr/ 70g herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 300ml serek wiejski 200g połudwica sopocka 60g/5pl masło 10g papryka 80g rukola 10g chleb pszenny 2kr/ 70g chleb razowy 2kr/ 70g herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 300ml serek wiejski 200g połudwica sopocka 60g/5pl masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb pszenny 2kr/ 70g chleb razowy 2kr/ 70g herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 300ml serek wiejski 200g połudwica sopocka 60g/5pl masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb pszenny 2kr/ 70g chleb razowy 2kr/ 70g herbata 200ml
<b>II śniadanie</b>	Sałátka z kaszy kuskus, papryki, sera i natki pietruszki 120g	Sałátka z kaszy kuskus, papryki, sera i natki pietruszki 120g	Sałátka z kaszy kuskus, papryki, sera i natki pietruszki 150g	Sałátka z kaszy kuskus, papryki, sera i natki pietruszki 150g
<b>Obiad</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml Dorsz smażony w panierce 120g sos z włoszczyzny 50ml ziemniaki 150g surówka z kapusty 50g surówka z marchwi i jabłka 50g kompot 200ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml Dorsz smażony w panierce 120g sos z włoszczyzny 50ml ziemniaki 200g surówka z kapusty 100g surówka z marchwi i jabłka 50g kompot 200ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml Dorsz smażony w panierce 120g sos z włoszczyzny 50ml ziemniaki 200g surówka z kapusty 100g surówka z marchwi i jabłka 100g kompot 200ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml Dorsz smażony w panierce 120g sos z włoszczyzny 50ml ziemniaki 200g surówka z kapusty 100g surówka z marchwi i jabłka 100g kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Koktajl zielony ze szpinakiem 200ml	Koktajl zielony ze szpinakiem 200ml	Koktajl zielony ze szpinakiem 200ml	Koktajl zielony ze szpinakiem 200ml
<b>Kolacja</b>	Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 30g dżem truskawkowy 25g/ 1szt. Masło 10g ogórek 80g roszponka 10g chleb pszenny 1kr/35g chleb razowy 2kr/70g herbata czarna 200ml	Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60g dżem truskawkowy 25g/ 1szt. Masło 10g ogórek 80g roszponka 10g chleb pszenny 1kr/35g chleb razowy 2kr/70g herbata czarna 200ml	Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60g dżem truskawkowy 25g/ 1szt. Masło 10g ogórek 80g roszponka 10g chleb pszenny 1kr/35g chleb razowy 2kr/70g herbata czarna 200ml	Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60g dżem truskawkowy 25g/ 1szt. Masło 10g ogórek 80g roszponka 10g chleb pszenny 70g/2kr chleb razowy 2kr/70g herbata czarna 200ml
<b>Energia</b>	<b>2120kcal</b>	<b>2466kcal</b>	<b>2534kcal</b>	<b>2623kcal</b>

**Sobota, 20.06.2020**

<i>Posiłek</i>	<i>I trymestr</i>	<i>II trymestr</i>	<i>III trymestr</i>	<i>Laktacja</i>
<b>Śniadanie</b>	Kawa Inka na mleku 200ml Parówki z szynki 90g/2szt. Keczap 1szt. Masło 10g Sałatka z ogórka, pomidora i szczypiorku 100g Chleb pszenny 1kr/ 35g chleb razowy 2kr/ 70g	Kawa Inka na mleku 200ml Parówki z szynki 90g/2szt. Keczap 1szt. Masło 10g Sałatka z ogórka, pomidora i szczypiorku 100g Chleb pszenny 1kr/ 35g chleb razowy 2kr/ 70g	Kawa Inka na mleku 200ml Parówki z szynki 90g/2szt. Keczap 1szt. Serek kiri 17g/ 1szt. Masło 10g Sałatka z ogórka, pomidora i szczypiorku 100g Chleb pszenny 1kr/ 35g chleb razowy 2kr/ 70g	Kawa Inka na mleku 200ml Parówki z szynki 90g/2szt. Keczap 1szt. Serek kiri 17g/ 1szt. Masło 10g Sałatka z ogórka, pomidora i szczypiorku 100g Chleb pszenny 2kr/ 70g chleb razowy 2kr/ 70g
<b>II śniadanie</b>	banan 120g	Jogurt naturalny 180g banan 120g	Jogurt naturalny 180g banan 120g	Jogurt naturalny 180g banan 120g
<b>Obiad</b>	Krupnik z ziemniakami 300ml Gulasz drobiowy z papryką 200g Kasza gryczana 200g Buraczki 100g Surówka z białej kapusty 100g Kompot 200ml	Krupnik z ziemniakami 300ml Gulasz drobiowy z papryką 200g Kasza gryczana 200g Buraczki 100g Surówka z białej kapusty 100g Kompot 200ml	Krupnik z ziemniakami 300ml Gulasz drobiowy z papryką 200g Kasza gryczana 200g Buraczki 100g Surówka z białej kapusty 100g Kompot 200ml	Krupnik z ziemniakami 300ml Gulasz drobiowy z papryką 200g Kasza gryczana 200g Buraczki 100g Surówka z białej kapusty 100g Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Owsianka na mleku z gruszką 150g	Owsianka na mleku z gruszką 200g	Owsianka na mleku z gruszką 200g	Owsianka na mleku z gruszką 200g
<b>Kolacja</b>	Szynka z indyka 60g serek almette 30g/1szt. Masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb pszenno- żytni 35g/1kr chleb razowy 2kr/ 70g herbata 200ml	Szynka z indyka 60g serek almette 30g/1szt. Masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb pszenno- żytni 70g/2kr chleb razowy 2kr/ 70g herbata 200ml	Szynka z indyka 60g serek almette 30g/1szt. Masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb pszenno- żytni 70g/2kr chleb razowy 2kr/ 70g herbata 200ml	Szynka z indyka 60g serek almette 30g/1szt. Masło 10g pomidor 80g rukola 10g chleb pszenno- żytni 70g/2kr chleb razowy 2kr/ 70g herbata 200ml
<b>Energia</b>	<b>2209kcal</b>	<b>2469kcal</b>	<b>2556kcal</b>	<b>2645kcal</b>

Niedziela, 21.06.2020

<i>Posiłek</i>	<i>I trymestr</i>	<i>II trymestr</i>	<i>III trymestr</i>	<i>Laktacja</i>
<b>Śniadanie</b>	Zupa mleczna z ryżem 300ml ser żółty 15g/1pl Paszтет drobiowy zapiekany 30g ogórek zielony 80g sałata 10g masło 10g chleb baltonowski 35g/1ke chleb razowy 2kr/70g herbata 200ml	Zupa mleczna z ryżem 300ml ser żółty 15g/1pl Paszтет drobiowy zapiekany 40g ogórek zielony 80g sałata 10g masło 10g chleb baltonowski 70g/2kr chleb razowy 2kr/70g herbata 200ml	Zupa mleczna z ryżem 300ml ser żółty 15g/1pl Paszтет drobiowy zapiekany 50g ogórek zielony 80g sałata 10g masło 10g chleb baltonowski 70g/2kr chleb razowy 2kr/70g herbata 200ml	Zupa mleczna z ryżem 300ml ser żółty 30g/2pl Paszтет drobiowy zapiekany 50g ogórek zielony 80g sałata 10g masło 10g chleb baltonowski 70g/2kr chleb razowy 2kr/70g herbata 200ml
<b>II śniadanie</b>	Sałátka makaronowa z szynką, suszonymi pomidorami, mozzarellą i rukolą 150g	Sałátka makaronowa z szynką, suszonymi pomidorami, mozzarella i rukolą 200g	Sałátka makaronowa z szynką, suszonymi pomidorami, mozzarellą i rukolą 200g	Sałátka makaronowa z szynką, mozzarellą, suszonymi pomidorami i rukolą 200g
<b>Obiad</b>	Rosół z kury z makaronem 300ml Pieczone udko 1szt. Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 100g surówka meksykańska 100g kompot 200ml	Rosół z kury z makaronem 300ml Pieczone udko 1szt. Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 100g surówka meksykańska 100g kompot 200ml	Rosół z kury z makaronem 300ml Pieczone udko 1szt. Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 100g surówka meksykańska 100g kompot 200ml	Rosół z kury z makaronem 300ml Pieczone udko 1szt. Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 100g surówka meksykańska 100g kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Sałátka owocowa z jogurtem naturalnym 200g	Sałátka owocowa z jogurtem naturalnym 200g	Sałátka owocowa z jogurtem naturalnym 200g	Sałátka owocowa z jogurtem naturalnym 200g
<b>Kolacja</b>	Pasta z jajka 40g Szynka kanapkowa 30g/2pl Papryka 80g rukola 10g masło 10g chleb pszenno-żytni 2kr/ 70g chleb razowy 2kr/70g herbata 200ml	Pasta z jajka 40g Szynka kanapkowa 60g/4pl Papryka 80g rukola 10g masło 10g chleb pszenno-żytni 2kr/ 70g chleb razowy 2kr/70g herbata 200ml	Pasta z jajka 60g Szynka kanapkowa 60g/4pl Papryka 80g rukola 10g masło 10g chleb pszenno-żytni 2kr/ 70g chleb razowy 2kr/70g herbata 200ml	Pasta z jajka 60g Szynka kanapkowa 60g/4pl Papryka 80g rukola 10g masło 10g chleb pszenno-żytni 2kr/ 70g chleb razowy 2kr/70g herbata 200ml
<b>Energia</b>	<b>2220kcal</b>	<b>2396kcal</b>	<b>2479kcal</b>	<b>2581kcal</b>