

Plan żywieniowy: PRZEDSZKOLE

Ile dni:	10
Termin rozpoczęcia:	2020-05-25
Posiłki:	1. I śniadanie 2. obiad 3. podwieczerek
Przypisana grupa żywieniowa:	Nazwa grupy: Przedszkole 2019/2020 (grupa) 1. Dzieci (wiek: 1 - 3; liczba: 35) 2. Dzieci (wiek: 4 - 6; liczba: 145)
Norma na energię dla podanej grupy:	1322.22 Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	60%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów: 60%, białka: 15%, tłuszczów: 25%

Jadłospis

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2020-05-25		
I śniadanie	obiad	podwieczerek
1. Herbata z cytryną. 200g składniki: Woda wodociągowa 85%, Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1% 2. Bułka kukurydziana 40g (Zboża zawierające gluten) 3. Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą) 4. Ser żółty 20g (Mleko, łącznie z laktozą) 5. Półdewka sopocka 20g (Soja i produkty pochodne) 6. Pomidor 40g	1. Zupa ogórkowa 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 50%, Ziemniaki średnio 30%, Ogórek kwaszony 6%, Marchew 3%, Śmietana 18% tłuszczu 3% , Noga (udo) kurczaka 2%, Pietruszka korzeń 2%, Wołowina szponder 1%, Seler korzeniowy 1%, Mleko UHT 2% 1%, Mąka pszenna typ 500 0% , Koper ogrodowy 0%, Por 0%, Liść laurowy 0%, Ziele angielskie CAŁE 0% 2. Chleb z dynią 50g (Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne) 3. Sos pieczarkowy 100g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Pieczarka uprawna świeża 63%, Cebula 11%, Mąka pszenna typ 500 7% , Olej rzepakowy uniwersalny 6%, Mleko 2% 6% , Cytryna 3%, Masło ekstra 82% 2% , Pieprz czarny MIELONY 0%, Pieprz czarny MIELONY 0%, Ziele angielskie CAŁE 0%, Liść laurowy 0% 4. Makaron knorr 3 kolory 30g (Zboża zawierające gluten) 5. Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%, Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1%	1. Ciasteczka owsiane 30g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne) 2. Jabłko 50g

Dzień: 2 - Wtorek, 2020-05-26		
I śniadanie	obiad	podwieczerek

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Płatki gryczane na mleku 100g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko UHT 2% 91%, Płatki gryczane błyskawiczne pełnoziarniste 9% - Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%, Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1% Bułka orkiszowa 30g (Zboża zawierające gluten) Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą) - Kiełbasa krakowska sucha 40g - Ogórek 20g	Zupa barszcz biały z jajkiem 250g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 77%, Jajko kurze gotowane 6%, Śmietana 18% tłuszczu 4%, Cebula 3%, Marchew 3%, Pietruszka korzeń 2%, Kiełbasa podwawelska 2%, Mąka pszenna typ 500 1%, Wołowina szponder 1%, Seler korzeniowy 1%, Mleko UHT 2% 1%, Chrzan 0%, Por 0%, Majeranek suszony 0%, Liść laurowy 0%, Czosnek 0%, Ziele angielskie całe 0% Chleb razowy ze słonecznikiem 40g (Zboża zawierające gluten) Kotlet z piersi kurczaka 80g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Mięso z piersi kurczaka bez skóry 80%, Bułka tarta 10%, Olej rzepakowy uniwersalny 5%, Jaja kurze całe 5% - Ziemniaki z koperkiem 100g składniki: Ziemniaki średnio 99%, Sól biała 1%, Koper ogrodowy 0% Salata zielona z jogurtem i szczypiorkiem 70g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Sałata 65%, Jogurt naturalny 25%, Szczypiorek 11%, Sól biała 0% - Herbata owocowa 100g składniki: Woda wodociągowa 89%, Herbata owocowa Babcia Jagoda 9%, Cukier 2%	Serek homogenizowany owocowy 150g (Mleko, łącznie z laktozą)
Dzień: 3 - Środa, 2020-05-27		
I śniadanie	obiad	podwieczorek
Kakao naturalne na mleku 2,0 % 200g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 95%, Kakao 2%, Cukier 2% - Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%, Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1% Bułka z dynią 40g (Zboża zawierające gluten) Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą) - Szynka drobiowa 40g - Rzodkiewka 10g - Szczypiorek 5g	Zupa krupnik ryżowy 250g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 57%, Ziemniaki średnio 30%, Ryż biały 3%, Marchew 3%, Pietruszka korzeń 2%, Noga (udo) kurczaka 2%, Seler korzeniowy 1%, Wołowina szponder 1%, Pietruszka liście 0%, Por 0%, Ziele angielskie całe 0%, Liść laurowy 0% Chleb zwykły krojony 50g (Zboża zawierające gluten) Kopytka 150g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Ziemniaki średnio 80%, Mąka pszenna typ 500 11%, Skrobia ziemniaczana 5%, Jaja kurze całe 4% Masło ekstra 82% 4g (Mleko, łącznie z laktozą) - Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%, Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1%	Arbuz 150g

Dzień: 4 - Czwartek, 2020-05-28		
I śniadanie	obiad	podwieczorek

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Płatki jaglane na mleku 2,0 % 100g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 91%, Płatki jaglane 9% - Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1% Butka parówka krojona 40g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą) Salatka z konserwy rybnej 30g (Jaja i produkty pochodne, Ryba) składniki: Filety z makreli w sosie pomidorowym 43%, Jaja kurze całe 29%, Ogórek kwaszony 21%, Cebula 7%	Zupa kalafiorowa 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 52%, Ziemniaki średnio 32%, Kalafior 4%, Śmietana 18% tłuszczu 3%, Noga (udo) kurczaka 2%, Marchew 2%, Pietruszka korzeń 2%, Wołowina szponder 1%, Mleko UHT 2% 1%, Seler korzeniowy 1%, Mąka pszenna typ 500 0%, Koper ogrodowy 0%, Por 0%, Liść laurowy 0%, Ziele angielskie CAŁE 0% Chleb zwykły krojony 40g (Zboża zawierające gluten) Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 100g (Zboża zawierające gluten, Dwutlenek siarki i siarczyny) składniki: Schab wieprzowy bez kości 89%, Mąka pszenna typ 500 5%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%, Pieprz czarny MIELONY 0%, Ziele angielskie CAŁE 0%, Papryka czerwona mielona SŁODKA 0%, Czosnek granulowany 0%, Gałka muskatowa 0%, Liść laurowy 0% Kasza bulgur 30g (Zboża zawierające gluten) Surówka z rzodkiewki 70g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Rzodkiewka 38%, Szcypiorek 38%, Śmietana 12% tłuszczu 25% - Herbata owocowa 100g składniki: Woda wodociągowa 89%,Herbata owocowa Babcia Jagoda 9%, Cukier 2%	Banan 150g
Dzień: 5 - Piątek, 2020-05-29		
I śniadanie	obiad	podwieczorek
Kawa zbożowa na mleku 2,0 % 100g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko UHT 2% 98%, Kawa INKA 2% - Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1% Butka wyborowa zwykła 40g (Zboża zawierające gluten) Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą) Pasta jajeczno-serowa 30g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne) składniki: Jaja kurze całe 52%, Rzodkiewka 21%, Ser żółty 10%, Majonez Kielecki 4%, Musztarda 4%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 4%, Koper ogrodowy 2%, Szcypiorek 2%, Pieprz czarny MIELONY 1%, Papryka czerwona mielona SŁODKA 1%	Kapuśniak mazurski 200g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 50%, Ziemniaki średnio 29%, Kapusta kiszona 5%, Cebula 3%, Marchew 3%, Kiełbasa podwawelska 2%, Pietruszka korzeń 2%, Majeranek suszony 1%, Liść laurowy 1%, Ziele angielskie całe 1%, Seler korzeniowy 1%, Wołowina szponder 1%, Mąka pszenna typ 500 0%, Por 0% Chleb krajan 40g (Zboża zawierające gluten) Naleśniki z dżemem i smietaną 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Mąka pszenna typ 500 28%, Mleko UHT 3,2% 28%, Dżem ł 100% z owoców 18%, Śmietana 18% tłuszczu 15%, Jaja kurze całe 5%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%, Cukier 3%, Cukier waniliowy 0% - Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1%	Jogurt owocowy 140g (Mleko, łącznie z laktozą)

Dzień: 6 - Poniedziałek, 2020-06-01		
I śniadanie	obiad	podwieczorek

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Kakao naturalne na mleku 2,0 % 100g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 95%, Kakao 2%, Cukier 2% - Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1% Bufki grahamki 40g (Zboża zawierające gluten) [składniki: mąka pszenna (w tym graham 45,8%), woda, mąka żytnia, sól, kminek] Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą) Paprykarz szczeciński 40g (Ryba, Soja i produkty pochodne)	Zupa zacierka 250g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 54%, Ziemniaki średnio 30%, Mąka pszenna typ 500 4%, Marchew 3%, Pietruszka korzeń 2%, Noga (udo) kurczaka 2%, Cebula 1%, Seler korzeniowy 1%, Słonina 1%, Wołowina szponder 1%, Pietruszka liście 0%, Liść laurowy 0% Ryż z truskawkami (mrożonymi) 150g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Truskawki mrożone 57%, Ryż biały 29%, Cukier 7%, Śmietana 18% tłuszczu 7% - Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1%	- Gruszka 150g Podpłomyki bez cukru 30g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)
Dzień: 7 - Wtorek, 2020-06-02		
I śniadanie	obiad	podwieczorek
Kakao naturalne na mleku 2,0 % 100g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 95%, Kakao 2%, Cukier 2% - Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1% Bufka parówka krojona 30g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą) Jaja gotowane 30g (Jaja i produkty pochodne) składniki: Jaja kurze całe 100% - Ogórek 10g	Zupa barszcz czerwony 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 63%, Burak 20%, Śmietana 18% tłuszczu 4%, Marchew 3%, Pietruszka korzeń 2%, Kielbasa podwawelska 2%, Cebula 2%, Wołowina szponder 1%, Mąka pszenna typ 500 1%, Mleko UHT 2%, Seler korzeniowy 1%, Por 0%, Ziele angielskie całe 0%, Majeranek suszony 0%, Czosnek 0%, Liść laurowy 0% Chleb żytni ze słonecznikiem 30g (Zboża zawierające gluten) Kotlet mielony 80g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Dwtulenek siarki i siarczyny) składniki: Wieprzowina karkówka 74%, Cebula 6%, Bufka tarta 6%, Olej rzepakowy uniwersalny 6%, Jaja kurze całe 5%, Bufka parówka krojona 3%, Czosnek granulowany 0%, Pieprz czarny mielony 0%, Papryka czerwona mielona słodka 0% - Ziemniaki z koperkiem 100g składniki: Ziemniaki średnio 99%, Sól biała 1%, Koper ogrodowy 0% Mizeria z jogurtem 70g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Ogórek 83%, Jogurt grecki 10%, Cebula 7% - Herbata owocowa 100g składniki: Woda wodociągowa 89%,Herbata owocowa Babcia Jagoda 9%, Cukier 2%	- Banan 100g Jogurt naturalny 140g (Mleko, łącznie z laktozą)

Dzień: 8 - Środa, 2020-06-03		
I śniadanie	obiad	podwieczorek

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

1. Płatki ryżowe na mleku 100g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko UHT 2% 91%, Płatki ryżowe błyskawiczne 9% 2. Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1% 3. Bułka wieloziarnista 30g (Zboża zawierające gluten) 4. Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą) 5. Pasta z zielonej soczewicy 30g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Soczewica konserwowa 56%, Pomidory suszone w oleju S 37%, Masło ekstra 4%, Pieprz czarny MIELONY 2%, Czosnek 0%, Pietruszka liście 0%	1. Zupa szczawiowa z ziemniakami 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 64%, Ziemniaki średnio 22%, Szczaw konserwowy krojony Frutico 4%, Śmietana 18% tłuszczu 2%, Marchew 2%, Kielbasa podwawelska 1%, Pietruszka korzeń 1%, Wołowina szponder 1%, Mleko UHT 2% 1%, Seler korzeniowy 0%, Mąka pszenna typ 500 0%, Por 0%, Liść laurowy 0%, Ziele angielskie CAŁE 0% 2. Chleb zwykły krojony 40g (Zboża zawierające gluten) 3. Spaghetti 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Wieprzowina karkówka 28%, Koncentrat pomidorowy KNORR 25%, Makaron KNORR spaghetti 14%, Makaron Lubella pełne ziarno spaghetti 9%, Pomidory krojone 8%, Śmietana 18% tłuszczu 3%, Papryka zielona 3%, Papryka żółta 3%, Papryka czerwona 3%, Cebula 2%, Mąka pszenna typ 500 2%, Czosnek 0%, Papryka czerwona mielona SŁODKA 0%, Bazylia suszona 0%, Oregano suszone 0%, Pieprz czarny MIELONY 0%, Liść laurowy 0%, Ziele angielskie CAŁE 0% 4. Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1%	1. Jabłko 150g 2. Ciasteczka owsiane 20g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)
Dzień: 9 - Czwartek, 2020-06-04		
I śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Herbata z cytryną. 200g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1% 2. Bułka kukurydziana 40g (Zboża zawierające gluten) 3. Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą) 4. Twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką 30g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Ser twarogowy półtłusty 42%, Rzodkiewka 26%, Jogurt naturalny 26%, Szczypiorek 5% 5. Szynka wiejska 20g	1. Zupa jarzynowa 250g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 46%, Ziemniaki średnio 30%, Brokuły 3%, Kalafior 3%, Śmietana 18% tłuszczu 3%, Marchew 3%, Pietruszka korzeń 2%, Brukselka 2%, Noga (udo) kurczaka 2%, Fasola szparagowa żółta 1%, Fasola szparagowa zielona 1%, Mleko UHT 2% 1%, Wołowina szponder 1%, Seler korzeniowy 1%, Groszek zielony mrożony 1%, Por 0%, Mąka pszenna typ 500 0%, Liść laurowy 0%, Ziele angielskie całe 0% 2. Chleb wiosenny żytni 40g (Zboża zawierające gluten) 3. Filet z indyka w sosie pieczarkowym 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 53%, Pieczarka uprawna świeża 21%, Woda wodociągowa 17%, Cebula 3%, Śmietana 18% tłuszczu 3%, Mąka pszenna typ 500 1%, Masło ekstra 82% 1%, Olej rzepakowy uniwersalny 1%, 100% sok z cytryny S 0%, Pieprz cytrynowy MIELONY 0%, Ziele angielskie CAŁE 0%, Liść laurowy 0% 4. Ziemniaki z koperkiem 100g składniki: Ziemniaki średnio 99%, Sól biała 1%, Koper ogrodowy 0% 5. Ogórek kwaszony 80g 6. Herbata owocowa 100g składniki: Woda wodociągowa 89%,Herbata owocowa Babcia Jagoda 9%, Cukier 2%	1. Truskawki 150g 2. Podpłomyki bez cukru 30g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)

Dzień: 10 - Piątek, 2020-06-05		
I śniadanie	obiad	podwieczorek

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

1. Kawa zbożowa na mleku 2,0 % 100g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko UHT 2% 98%, Kawa INKA 2% 2. Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1% 3. Bułka parówka fińska 30g (Zboża zawierające gluten) 4. Masło ekstra 82% 6g (Mleko, łącznie z laktozą) 5. Kiełbasa ogonówka 40g 6. Pomidor 30g	1. Zupa grochowa 250g (Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny) składniki: Woda wodociągowa 56%, Ziemniaki średnio 30%, Groch nasiona suche 3%, Marchew 3%, Pietruszka korzeń 2%, Cebula 2%, Kiełbasa podwawelska 2%, Wołowina szponder 1%, Seler korzeniowy 1%, Majeranek suszony 0%, Liść laurowy 0%, Ziele angielskie całe 0%, Czosnek granulowany 0% 2. Chleb razowy ze słonecznikiem 40g (Zboża zawierające gluten) 3. Paluszki rybne panierowane 50g (Ryba, Zboża zawierające gluten) 4. Ziemniaki z koperkiem 100g składniki: Ziemniaki średnio 99%, Sól biała 1%, Koper ogrodowy 0% 5. Surówka z pomidorów ze szczypiorkiem 70g składniki:Pomidor 98%, Szczypiorek 2%, Pieprz czarny mielony 0%, Sól biała 0% 6. Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1%	1. Ciasto biszkoptowe z rabarborem 90g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Jaja kurze całe 23%, Rabarbar 23%, Mąka pszenna typ 500 22%, Cukier 17%, Olej rzepakowy uniwersalny 12%, Skrobia ziemniaczana 3% 2. Herbata z cytryną. 100g składniki: Woda wodociągowa 85%,Herbata liściasta 10%, Cukier 4%, Cytryna 1%
---	--	--

