

	(1,5,6,7,8,11) - Masło 10g (7) - Kielbasa szynkowa 60g (1,6,7,8,9,10) - Dżem 25g - Sałata 3g -Herbata z cytryną 250g	(1,5,6,7,8,11) - Masło 10g (7) - Naleśnik ze szpinakiem i fetą 125g (1,3,7,9) - Kielbasa żywiecka 40g (1,3,6,7,8,9,10), - Ogórek świeży plastry 40g -Herbata z cytryną 250g	(1,5,6,7,8,11) - Masło 10g (7) - Jajko sadzone ze szczypiorkiem 50g (3) - Połędwica sopocka 25g (1,3,6,7,9,10), - Pomidor 50g -Herbata z cytryną 250g	(1,5,6,7,8,11) - Masło 10g (7) - Kielbasa śląska pieczona 100g (1,3,4,5,6,7,8,9,11), - Ogórek małosolny 70g - Ser żółty 25g (7) -Herbata z cytryną 250g	(1,5,6,7,8,11) - Masło 10g (7) - Jajko gotowane 50g (3) - Kielbasa szynkowa 60g - Kielbasa szynkowa 50g (1,6,7,9,10), - Pomidor 50g -Herbata z cytryną 250g	(1,5,6,7,8,11) - Masło 10g (7) - Ser topiony 50g (7) - Szynka gotowana 60g (1,3,6,7,9,10), - Sałata 6g -Herbata z cytryną 250g	(1,5,6,7,8,11) - Masło 10g (7) - Szynka z indyka 60g (1,7,10). - Miód pszczeli 25g - Pomidor 50g - Herbata z cytryną 250g
Wartość odżywcza	E: 2735 kcal, B: 110,7 g, T: 100,4 g, kw. tł. nas.: 44,1 g, W: 376 g, w tym cukry proste: 70,1g, Bł.: 35,6 g, Sól: 6,8 g	E: 2263 kcal, B: 122 g, T: 89,5 g, kw. tł. nas.: 40,2 g, W: 266g w tym cukry proste: 25,4 g Bł.: 29,1 g, Sól: 9,8 g	E: 2770 kcal, B: 131 g, T: 114 g, kw. tł. nas.: 43,6 g, W: 323 g, w tym cukry proste: 45,8 g, Bł.: 22,2 g, Sól: 5,7 g	E: 2413 kcal, B: 72,5 g, T: 91,8 g, kw. tł. nas.: 43,9 g, W: 339 g, w tym cukry proste: 71,6 g, Bł.: 19,2 g, Sól: 6,3 g	E: 2534 kcal, B: 116 g, T: 99,8 g, kw. tł. nas.: 43,2 g, W: 311,6 g w tym cukry proste: 34,9 g, Bł: 23,6 g, Sól: 6,5 g	E: 2582 kcal, B: 88,7 g, T: 126,9 g, kw. tł. nas.: 49,8 g, W: 292,8 g, w tym cukry proste: 48,9 g Bł: 25,9 g, Sól: 6,4 g	E: 2789 kcal, B: 123 g, T: 102 g, kw. tł. nas.: 41,2 g, W: 374 g, w tym cukry proste: 44,5 g, Bł.: 33 g, Sól: 5,2 g

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne.
2. Skorupiaki i produkty pochodne.
3. Jaja i produkty pochodne.
4. Ryby i produkty pochodne.
5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne.
6. Soja i produkty pochodne.
7. Mleko i produkty pochodne.
8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego.
9. Seler i produkty pochodne.
10. Gorczyca i produkty pochodne.
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne.
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców

13. Łubin i produkty pochodne.

14. Mięczaki i produkty pochodne

Opracował: mgr Natalia Antonik – Sorbian, mgr Marlena Malińska, mgr inż. Natalia Szczepańska -Wilk