

| | | | | | | | |
|------------------|--|---|---|--|--|--|--|
| | - Połędwica sopocka 60g (1,3,6,7,9,10), - Pomidor 100g | - Makaron pszenny gotowany 150g (1) - Sos waniliowy 150g (1,6,7,8,9,10) - Szyńka z kurczaka 60g (1,7,10) | - Schab pieczony 60g - Pomidor 100g - Sałata 6g | - Pasta jajeczna z koprem 80g (3,7) - Szyńka gotowana 50g (1,3,6,7,9,10) - Sałata 6g | - Pomidor 100g, - Szyńka drobiowa 60g (1,7,10), - Jabłko parzone 150g | - Twaróg ze śmietaną, pomidorem i bazylią 150g (1,6,7,8,9,10) - Połędwica sopocka 60g (1,3,6,7,9,10) | - Kielbasa szynkowa 60g (1,6,7,9,10) - Pomidor 100g - Sałata 6g |
| | -Herbata z cytryną 250g | -Herbata z cytryną 250g | - Herbata z cytryną 250g | - Herbata z cytryną 250g | -Herbata z cytryną 250g | -Herbata z cytryną 250g | - Herbata z cytryną 250g |
| Wartość odżywcza | E: 2177 kcal, B: 111g, T: 67 g, kw. tł. nas.: 29,5g, W:298 g, w tym cukry proste: 44g, Bł.: 25,5g, Sól:7,5 g | E: 2631kcal, B: 126g, T: 87g, kw. tł. nas.:45 g, W: 352g w tym cukry proste: 61g, Bł.:35g, Sól: 6,5g | E: 2651kcal, B: 128g T: 71g, kw. tł. nas.:32 g, W: 390 g, w tym cukry proste: 89 g, Bł.: 27,7g, Sól: 7,7g | E: 2472kcal, B: 107g, T: 65g, kw. tł. nas.: 26,6g , W: 305g, w tym cukry proste: 91g, Bł.: 33 g, Sól: 6,4g | E: 2171kcal, B: 107g, T: 65g, kw. tł. nas.: 26,6g, W:305g, w tym cukry proste: 91g, Bł: 33g, Sól:6 g | E: 2493kcal, B: 146g, T: 87g, kw. tł. nas.: 39g, W: 297g, w tym cukry proste: 64 g, Bł: 36 g, Sól:6 g | E: 2390kcal, B:121g, T: 81g, kw. tł. nas.: 33g, W: 310g, w tym cukry proste: 77 g, Bł.: 33g, Sól: 5,4g |

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