

	- Twaróg ze śmietaną i natką pietruszki 150g (7) - Schab pieczony 60g - Sałata 6g -Herbata z cytryną 250g	- Dżem 70g - Kiełbasa szynkowa 60g (1,6,7,9,10) - Jabłko pieczone z cynamonem 150g (1,5,6,8,9,10,11) -Herbata z cytryną 250g	- Schab pieczony 60g - Jajko gotowane 50g (3) - Pomidor 100g - Herbata z cytryną 250g	- Kiełbasa szynkowa 60g (1,6,7,9,10) - Miód pszczeli 25g - Jogurt naturalny 150g (7) - Herbata z cytryną 250g	- Twaróg ze śmietaną i koprem 150g (7) - Szynka drobiowa 60g (1,7,10) -Herbata z cytryną 250g	- Szynka gotowana 60g (1,3,6,7,9,10) - Sałata 6g - Jabłko parzone 150g -Herbata z cytryną 250g	- Galaretka drobiowa z warzywami i natką pietruszki 200g (1,6,7,9,10) - Jajko gotowane 50g (3) - Sałata 6g - Herbata z cytryną 250g
Wartość odżywcza	E: 2623kcal, B: 104g, T: 61g, kw. tł. nas.: 37g, W: 325g, w tym cukry proste: 57g, Bł.: 27g, Sól: 6 g	E: 2296kcal, B: 105g, T: 61g, kw. tł. nas.: 28g, W: 348g w tym cukry proste: 129g, Bł.: 34g, Sól: 5,7g	E: 2711kcal, B: 151g, T: 91g, kw. tł. nas.:41 g, W: 334g, w tym cukry proste: 60 g, Bł.:27g, Sól: 6,4g	E: 2609kcal, B: 130g, T: 78g, kw. tł. nas.:38 g, W: 363 g, w tym cukry proste: 134g, Bł.: 30 g, Sól: 7g	E: 2313 kcal, B: 148g, T: 76g, kw. tł. nas.: 30g, W: 272g, w tym cukry proste: 45 g, Bł: 30g, Sól: 6,4g	E: 2553kcal, B: 114g, T: 80g, kw. tł. nas.: 36g, W: 359g, w tym cukry proste: 142g, Bł: 36g, Sól: 6,8g	E: 2400kcal, B: 156g, T: 78g, kw. tł. nas.: 36g, W: 287g, w tym cukry proste: 50g, Bł.: 33g, Sól: 5,7g

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. Gorzycza 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,