

	- Dżem 70g, - Szynka konserwowa 60g (1,3,6,7,9,10), - Jabłko pieczone 150g (1 szt.), -Herbata z cytryną 250g	- Miód pszczele 25g, - Szynka gotowana 75g (1,3,6,7,9,10) - Sałata 6g -Herbata z cytryną 250g	- Pomidor 100g - Schab pieczony 75g - Sałata 6g - Herbata z cytryną 250g	- Twaróg ze śmietaną i pomidorem 150g (7) - Kielbasa szynkowa 60g (1,3,6,7,9,10) - Herbata z cytryną 250g	- Pasta jajeczna z koprem 100g (1,3,5,6,7,8), - Szynka gotowana 60g (1,3,6,7,9,10), - Herbata z cytryną 250g	- Szynka konserwowa 60g (1,3,6,7,9,10) - Dżem 25g - Herbata z cytryną 250g	- Twaróg ze śmietaną i natką pietruszki 150g (7) - Szynka drobiowa 60g (1,7,10) - Sałata 6g, - Herbata z cytryną 250g
Wartość odżywcza	E: 2178kcal, B: 113g, T: 71g, kw. tł. nas.: 30g, W: 287 g, w tym cukry proste: 96 g, Bł.: 28g, Sól: 7g	E: 2575 kcal, B: 150g, T: 92g, kw. tł. nas.: 43g, W: 303 g, w tym cukry proste: 64 g, Bł.: 35g, Sól: 8g	E: 2381kcal, B: 126g, T: 77g, kw. tł. nas.: 33g, W: 310g, w tym cukry proste: 62g, Bł.: 33g, Sól: 5g	E: 2653kcal, B: 133g, T:75 g, kw. tł. nas.: 35g, W: 377g w tym cukry proste: 130g, Bł.: 26 g, Sól: 7g	E: 2326 kcal, B: 112g, T: 75g, kw. tł. nas.: 31g, W: 315 g, w tym cukry proste: 41 g, Bł: 31g, Sól: 7 g	E: 2339kcal, B:135 g, T: 73 g, kw. tł. nas.: 33g, W:299 g, w tym cukry proste: 67g, Bł: 29 g, Sól: 7g	E: 2506 kcal, B: 138g, T: 82g, kw. tł. nas. 34: g, W: 320g, w tym cukry proste: 61g, Bł.: 28g, Sól: 5 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 Marlena Malińska, mgr inż. Natalia Szczepańska -Wilk, mgr Natalia Antonik – Sorbian,