

	PONIEDZIAŁEK 29.12.2025	WTOREK 30.12.2025	ŚRODA 31.12.2025	CZWARTEK 01.01.2026	PIĄTEK 02.01.2026
ŚNIADANIE					Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/; Masło 10g/7/; ser gouda 15g/3,7/; Serek delikatny 15g/7/; ogórek 20g; herbata ziołowa 250ml; <i>Ok.310kcal</i>
II Śniadanie					Tubka z musem owocowym 1szt; <i>Ok. 60kcal</i>
OBIADY					Zupka ze słonecznych pomidorków z ryżowymi perełkami 200ml/9/ [zupa pomidorowa z ryżem]; (wywar mięсно-warzywny, włoszczyzna, warzywa, przecier pomidorowy, ryż, przyprawy) Ziemniaki z koperkiem 150g; Piracki przysmak [paluszki rybne] 2szt /1,3,4/; Chrupiąca surówka Małych Elfów 100g/9/; (kwaszona kapusta, jabłko, marchewka, przyprawy); woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.700kcal</i>
Podwieczorek					Jogurt naturalny 120g/7/; Płatki kukurydziane 20g/1/; <i>Ok. 140kcal</i>
Wartości odżywcze					Ok. 1210kcal B: 21g-16%; T: 39g-32%; W: 195g- 52%

Dostawca zastrzega możliwość wprowadzenia zmian w jadłospisie.

ALERGENY: /1/-gluten; /2/-skorupiaki; /3/-jaja; /4/-ryby; /5/-orzeczki ziemne; /6/-soja; /7/-mleko; /8/-orzechy; /9/-seler; /10/-gorczyca; /11/-nasiona sezamu;

/12/-dwutlenek siarki; /13/-łubin; /14/-mięczaki

*B- białko, T- tłuszcze, W- węglowodany