|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| dzień tyg. | śniadanie ok. 160 g | zupa 200 ml | temp. | drugie danie ok. 150 g | podwieczorek | Σ kcal |
| Pn 21.12. | zupa mleczna, kanapki z chleba pszenno-żytniego z masłem, ser żółty, sałata | ogórkowa z ryżem |  | makaron z mięsem mielonym i sosem bolońskim | owoc | 1395 |
| wt 22.12. | owsianka na mleku z cynamonem, kanapki z chleba razowego z masłem, pasta twarogowa z rybą, ogórek zielony | rosół z makaronem |  | udko pieczone, ziemniaki, marchewka z ogórkiem kiszonym z dodatkiem oliwy z pestek winogron | maślanka, chrupki kukurydziane | 1415 |
| śr 23.12. | mleko, płatki kukurydziane, kanapki z chleba wieloziarnistego z masłem, szynką drobiową, pomidor | żurek z kiełbasą |  | makaron z polewą twarogowo-owocową | kisiel z jabłkiem | 1390 |

W niniejszym jadłospisie występują najczęściej spotykane alergeny pokarmowe: mleko krowie, gluten, jaja kurze, mięso, seler, ryby

www.dlamalucha.bajka.biz