

| DATA | ZUPA | DRUGIE DANIE I DODATKI | | ALERGENY | DESER | NAPOJE | PODWIECZOREK |
|-----------------------------------|---|------------------------|---|------------|-------------------|------------------------|---|
| Poniedziałek 04.01.2021 | Kapuśniak (rekomenowana porcja – 300g) 1, 9 | STANDARDOWE | Leniwe podane z okrasą z masła i bułki tartej 240g/8szt. | 1, 3, 7 | Jabłko | Kompot owocowy Woda | Kanapka z wędliną drobiową, serem żółtym i warzywami Herbata z cytryną |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Kluski śląskie ziemniaczane z okrasą cebulową 240g/8szt. | 3, 7 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Kluski śląskie ziemniaczane z okrasą cebulową 240g/8szt. | 1, 3 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Leniwe podane z okrasą z masła i bułki tartej 240g/8szt. | 1, 3, 7 | | | |
| | | DODATKI | Surówka z marchewki i jabłka z sokiem z cytryny 60g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Wtorek 05.01.2021 | Pomidorowa z ryżem (rekomenowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Kotlet mielony 120g | 1, 3, 7, 9 | Gruszka | Kompot owocowy Woda | Chałka z konfiturą owocową Kakao naturalne |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Kotlet mielony 120g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Kotlet mielony 120g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Medalion warzywny 120g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Puree ziemniaczane 100g Buraczki na ciepło 60g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Czwartek 07.01.2021 | Rosół drobiowy z makaronem nitki (rekomenowana porcja – 250g) 1, 3, 9 | STANDARDOWE | Gulasz wieprzowy z warzywami 120g | 1, 3, 7, 9 | Budyń czekoladowy | Kompot owocowy Woda | Koktajl jogurtowo-owocowy Ciasteczko owsiane |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Gulasz wieprzowy z warzywami 120g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Gulasz wieprzowy z warzywami 120g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Gulasz wielowarzywny z soczewicą 120g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Kasza gryczana 100g Ogórek kiszony 60g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Piątek 08.01.2021 | Barszcz ukraiński (rekomenowana porcja – 300g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Naleśniki z serem białym podane z polewą jogurtowo-owocową 240g/2szt. | 1, 3, 7 | Mandarynka | Kompot owocowy Woda | Kanapka z wędliną drobiową, serem żółtym i warzywami Herbata miętowa |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Naleśniki z serem białym podane z polewą jogurtowo-owocową 240g/2szt. | 3, 7 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Naleśniki z konfiturą owocową i kawałkami owoców 240g/2szt. | 1, 3 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Naleśniki z serem białym podane z polewą jogurtowo-owocową 240g/2szt. | 1, 3, 7 | | | |
| | | DODATKI | Pieczone plasterki jabłka z cynamonem 60g | 1, 7, 9 | | | |

CODZIENNE ŚNIADANIA:

wybór pieczywa standardowego (mieszane, żytnie, pszenno-żytnie – bułka wrocławska, chleb zwykły, chleb razowy, chleb żytni); chleb bezglutenowy jasny; wafle ryżowe/kukurydziane bezglutenowe; masło; warzywa na kanapki i do chrupania w formie słupek (według dostępności sezonowej); chude wędliny drobiowe i wieprzowe (typu polędwica, szynka, filet); sery żółte krowie (podpuszczkowe typu holenderskiego z rodzaju gouda i edam); pasty do smarowania pieczywa na bazie twarogu; dżem/konfitura owocowa; mleko UHT krowie i mleko roślinne (ryżowe, sojowe lub migdałowe); płatki śniadaniowe zbożowe i kukurydziane bezglutenowe; herbata z cytryną; kakao z mlekiem lub mlekiem roślinnym; owoce sezonowe; jogurt naturalny; każdego dnia co najmniej jeden dodatek ciepły – parówka drobiowo-cielęca/frankfurterka wieprzowa lub jajecznica lub omlecek lub placuszek śniadaniowy (marchewkowy, jabłkowy, ziemniaczany).

OZNACZENIE NUMERYCZNE ALERGENÓW WYSTĘPUJĄCYCH W POSIŁKACH: 1. GLUTEN; 2. SKORUPIAKI; 3. JAJA; 4. RYBY; 5. ORZESZKI ZIEMNE; 6. SOJA; 7. MLEKO; 8. ORZECHY; 9. SELER; 10. GORCZYCA; 11. SEZAM; 12. DWUTLENEK SIARKI I SIARCZANY; 13. ŁUBIN; 14. MIĘCZAKI.

*Zgodnie z obowiązującymi przepisami i wymogami formalno-prawnymi dieta eliminująca gluten realizowana w jednym ciągu produkcyjnym z pozostałymi posiłkami nie może być opisywana za pomocą określeń takich jak „bezglutenowa”, „bez glutenu” bądź innych mogących ewentualnie wprowadzać w błąd konsumenta. Dieta taka jest niewskazana dla osób z celiakią lub silną alergią/nietolerancją/uczuleniem w zakresie glutenu.

| DATA | ZUPA | DRUGIE DANIE I DODATKI | | ALERGENY | DESER | NAPOJE | PODWIECZOREK |
|-----------------------------------|---|------------------------|---|---------------|---|------------------------|---|
| Poniedziałek 11.01.2021 | Szczeniowa z jajkiem (rekomendowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Makaron z sosem bolońskim i tartym żółtym serem 240g | 1, 3, 7, 9 | Słupki i talarki warzywne do chrupania | Kompot owocowy Woda | Grahamka z szynką, serem żółtym i warzywami Herbata owocowa |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Makaron z sosem bolońskim i tartym żółtym serem 240g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Makaron z sosem bolońskim 240g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Makaron z sosem neapolitańskim i tartym żółtym serem 240g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Salata z winogretem 70g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Wtorek 12.01.2021 | Kalafiorowa (rekomendowana porcja – 300g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 120g | 1, 3, 7, 9 | Ciasto drożdżowe z kruszonką (wypiek firmowy) | Kompot owocowy Woda | Kisiel z tartym jabłkiem Herbatniki |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 120g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 120g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Warzywa panierowane podane w sosie słodko-kwaśnym 120g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Ryż 100g Surówka chińska 60g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Środa 13.01.2021 | Fasolowa (rekomendowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Schab pieczony podany w sosie własnym 110g | 1, 3, 7, 9 | Pomarańcza w cząstkach 1/4 | Kompot owocowy Woda | Mus z kaszy manny z owocami sezonowymi Herbata miętowa |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Schab pieczony podany w sosie własnym 110g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Schab pieczony podany w sosie własnym 110g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Pieczeń warzywna w sosie pieczarkowym 110g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Kasza jęczmienna wiejska 100g Kapusta modra 70g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Czwartek 14.01.2021 | Ogórkowa (rekomendowana porcja – 300g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Kotlet jajeczny z marchewką 120g | 1, 3, 7, 9 | Kisiel witaminowy z cząstkami cytryny | Kompot owocowy Woda | Kanapka z wędliną drobiową, serem żółtym i warzywami Rumianek |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Kotlet jajeczny z marchewką 120g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Kotlet jajeczny z marchewką 120g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Kotlet jajeczny z marchewką 120g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Puree ziemniaczane 120g Surówka z pora 60g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Piątek 15.01.2021 | Pomidorowa z drobnym makaronem (rekomendowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Filet z dorsza panierowany 110g | 1, 3, 4, 7, 9 | Mandarynka | Kompot owocowy Woda | Mini-muffinka z nadzieniem owocowym (wypiek firmowy) Herbata z cytryną |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Filet z dorsza panierowany 110g | 3, 4, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Filet z dorsza panierowany 110g | 1, 3, 4, 9 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Zapiekanka warzywna z serem żółtym i sosem (jako samodzielne danie) 240g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Ziemniaki tłuczone 120g Surówka z kapusty kiszzonej 70g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |

CODZIENNE ŚNIADANIA:

wybór pieczywa standardowego (mieszane, żytnie, pszenno-żytnie – bułka wrocławska, chleb zwykły, chleb razowy, chleb żytni); chleb bezglutenowy jasny; wafle ryżowe/kukurydziane bezglutenowe; masło; warzywa na kanapki i do chrupania w formie słupków (według dostępności sezonowej); chude wędliny drobiowe i wieprzowe (typu polędwica, szynka, filet); sery żółte krowie (podpuszczkowe typu holenderskiego z rodzaju gouda i edam); pasty do smarowania pieczywa na bazie twarogu; dżem/konfitura owocowa; mleko UHT krowie i mleko roślinne (ryżowe, sojowe lub migdałowe); płatki śniadaniowe zbożowe i kukurydziane bezglutenowe; herbata z cytryną; kakao z mlekiem lub mlekiem roślinnym; owoce sezonowe; jogurt naturalny; każdego dnia co najmniej jeden dodatek ciepły – parówka drobiowo-cielęca/frankfurterka wieprzowa lub jajecznicza lub omlecek lub placuszek śniadaniowy (marchewkowy, jabłkowy, ziemniaczany).

ZNACZENIE NUMERYCZNE ALERGENÓW WYSTĘPUJĄCYCH W POSIŁKACH: 1. GLUTEN; 2. SKORUPIAKI; 3. JAJA; 4. RYBY; 5. ORZESZKI ZIEMNE; 6. SOJA; 7. MLEKO; 8. ORZECHY; 9. SELER; 10. GORCZYCA; 11. SEZAM; 12. DWUTLENEK SIARKI I SIARCZANY; 13. ŁUBIN; 14. MIĘCZAKI.

*Zgodnie z obowiązującymi przepisami i wymogami formalno-prawnymi dieta eliminująca gluten realizowana w jednym ciągu produkcyjnym z pozostałymi posiłkami nie może być opisywana za pomocą określeń takich jak „bezglutenowa”, „bez glutenu” bądź innych mogących ewentualnie wprowadzać w błąd konsumenta. Dieta taka jest niewskazana dla osób z celiakią lub silną alergią/nietolerancją/uczuleniem w zakresie glutenu.

WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK & ZDROWY DESER W TWOJEJ STOŁÓWCE SZKOLNEJ

| DATA | ZUPA | DRUGIE DANIE I DODATKI | | ALERGENY | DESER | NAPOJE | PODWIECZOREK |
|-----------------------------------|---|------------------------|---|------------|------------------------------------|------------------------|--|
| Poniedziałek 18.01.2021 | Krupnik tradycyjny (rekomendowana porcja – 300g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Pierogi z serem białym podane z musem truskawkowym 260g/6szt. | 1, 3, 7 | Pomarańcza w cząstkach 1/4 | Kompot owocowy Woda | Kanapka z jajkiem na twardo i ogórkiem kiszonym Herbata z cytryną |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Kluski śląskie ziemniaczane z okrasą cebulową 240g/8szt. | 3, 7 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Kluski śląskie ziemniaczane z okrasą cebulową 240g/8szt. | 1, 3 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Pierogi z serem białym podane z musem truskawkowym 260g/6szt. | 1, 3, 7 | | | |
| | | DODATKI | WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | | | | |
| Wtorek 19.01.2021 | Rosół drobiowy z makaronem nitki (rekomendowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Klopsiki wieprzowe w sosie pomidorowym 110g | 1, 3, 7, 9 | Kisiel żurawinowy | Kompot owocowy Woda | Sałatka jarzynowa Bagietka z masłem Herbata miętowa |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Klopsiki wieprzowe w sosie pomidorowym 110g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Klopsiki wieprzowe w sosie pomidorowym 110g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Klopsiki warzywne w sosie pomidorowym 110g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Kasza gryczana 120g Surówka z ogórka kiszonego 60g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Środa 20.01.2021 | Żurek z jajem i kiełbasą (rekomendowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Pałka z kurczaka pieczona w marynacie miodowej 110g | 1, 3, 7, 9 | Ciasto kakaowe (wypiek firmowy) | Kompot owocowy Woda | Koktajl jogurtowo-owocowy Ciasteczko owsiane |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Pałka z kurczaka pieczona w marynacie miodowej 110g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Pałka z kurczaka pieczona w marynacie miodowej 110g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Kotlecik serowy panierowany 110g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Puree ziemniaczane 100g Marchewka mini 70g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Czwartek 21.01.2021 | Jarzynowa (rekomendowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Gulasz wieprzowy z warzywami 120g | 1, 3, 7, 9 | Jabłko | Kompot owocowy Woda | Banan Kakao naturalne |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Gulasz wieprzowy z warzywami 120g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Gulasz wieprzowy z warzywami 120g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Gulasz wielowarzywny z soczewicą 120g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Kasza jęczmienna wiejska 100g Surówka z pora 60g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Piątek 22.01.2021 | Grochówka (rekomendowana porcja – 300g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Filet z miruny w delikatnej panierce cytrynowej 120g | 1, 3, 4, 7 | Gruszka | Kompot owocowy Woda | Deser budyniowy z musem owocowym i biskoptem Melisa |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Filet z miruny w delikatnej panierce cytrynowej 120g | 3, 4, 7 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Filet z miruny w delikatnej panierce cytrynowej 120g | 1, 3, 4, 9 | | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Medalion warzywny 120g | 1, 3, 4, 7 | | | |
| | | DODATKI | Ryż z kurkumą 100g Surówka wielowarzywna 70g | 1, 3, 7, 9 | | | |

CODZIENNE ŚNIADANIA:

wybór pieczywa standardowego (mieszane, żytnie, pszenno-żytnie – bułka wrocławska, chleb zwykły, chleb razowy, chleb żytni); chleb bezglutenowy jasny; wafle ryżowe/kukurydziane bezglutenowe; masło; warzywa na kanapki i do chrupania w formie słupek (według dostępności sezonowej); chude wędliny drobiowe i wieprzowe (typu polędwica, szynka, filet); sery żółte krowie (podpuszczkowe typu holenderskiego z rodzaju gouda i edam); pasty do smarowania pieczywa na bazie twarogu; dżem/konfitura owocowa; mleko UHT krowie i mleko roślinne (ryżowe, sojowe lub migdałowe); płatki śniadaniowe zbożowe i kukurydziane bezglutenowe; herbata z cytryną; kakao z mlekiem lub mlekiem roślinnym; owoce sezonowe; jogurt naturalny; każdego dnia co najmniej jeden dodatek ciepły – parówka drobiowo-cielęca/frankfurterka wieprzowa lub jajecznicza lub omlecek lub placuszek śniadaniowy (marchewkowy, jabłkowy, ziemniaczany).

OZNACZENIE NUMERYCZNE ALERGENÓW WYSTĘPUJĄCYCH W POSIŁKACH: 1. GLUTEN; 2. SKORUPIAKI; 3. JAJA; 4. RYBY; 5. ORZESZKI ZIEMNE; 6. SOJA; 7. MLEKO; 8. ORZECHY; 9. SELER; 10. GORCZYCA; 11. SEZAM; 12. DWUTLENEK SIARKI I SIARCZANY; 13. ŁUBIN; 14. MIĘCZAKI.

*Zgodnie z obowiązującymi przepisami i wymogami formalno-prawnymi dieta eliminująca gluten realizowana w jednym ciągu produkcyjnym z pozostałymi posiłkami nie może być opisywana za pomocą określeń takich jak „bezglutenowa”, „bez glutenu” bądź innych mogących ewentualnie wprowadzać w błąd konsumenta. Dieta taka jest niewskazana dla osób z celiakią lub silną alergią/nietolerancją/uczuleniem w zakresie glutenu.

WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK & ZDROWY DESER W TWOJEJ STOŁÓWCE SZKOLNEJ

| DATA | ZUPA | DRUGIE DANIE I DODATKI | | ALERGENY | DESER | NAPOJE | PODWIECZOREK |
|-----------------------------------|--|------------------------|--|------------|---|------------------------|--|
| Poniedziałek 25.01.2021 | Kalafiorowa (rekomendowana porcja – 300g) 1, 7, 9 | STANDARDOWE | Makaron z sosem bolońskim i tartym żółtym serem 240g | 1, 3, 7, 9 | Jabłko | Kompot owocowy Woda | Tost z wędliną drobiową, serem żółtym i warzywami Herbata z cytryną |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Makaron z sosem bolońskim i tartym żółtym serem 240g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Makaron z sosem bolońskim 240g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIANSKIE | Makaron z sosem neapolitańskim i tartym żółtym serem 240g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Salata z winegretem 70g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Wtorek 26.01.2021 | Zimowa ziemniaczanka delikatnie cebulowa (rekomendowana porcja – 250g) 1, 7, 9 | STANDARDOWE | Kotlet schabowy 110g | 1, 3, 7, 9 | Kisiel witaminowy z cząstkami grejpfruta | Kompot owocowy Woda | Grahamka z pastą z tuńczyka i pomidorów Herbata owocowa |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Kotlet schabowy 110g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Kotlet schabowy 110g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIANSKIE | Warzywa panierowane 110g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Ziemniaki tłuczone 120g Kapusta duszona z pomidorami 70g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Środa 27.01.2021 | Pomidorowa z drobnym makaronem (rekomendowana porcja – 300g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Kopytka z sosem pieczarkowym 260g | 1, 3, 7, 9 | Ciasto pomarańczowe z kokosem (wypiek firmowy) | Kompot owocowy Woda | Kanapka z wędliną drobiową, serem żółtym i warzywami Rumianek |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Kopytka z sosem pieczarkowym 260g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Kopytka z sosem pieczarkowym 260g | 1, 3, 9 | | | |
| | | WEGETARIANSKIE | Kopytka z sosem pieczarkowym 260g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Surówka z ogórka kiszzonego 70g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Czwartek 28.01.2021 | Krem wielowarzywny (rekomendowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Filet z indyka 110g | 1, 3, 7, 9 | Gruszka | Kompot owocowy Woda | Deser z budyniem, galaretką i owocami Warzywa do chrupania |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Filet z indyka 110g | 3, 7, 9 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Filet z indyka 110g | 1, 9 | | | |
| | | WEGETARIANSKIE | Kotlet z tofu 110g | 1, 3, 7, 9 | | | |
| | | DODATKI | Kasza orkiszowa 120g Jabłka pieczone z cebulką 70g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |
| Piątek 29.01.2021 | Ogórkowa (rekomendowana porcja – 300g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Fishburger z dorsza z dipem koperkowym 120g | 1, 3, 4, 7 | Mandarynka | Kompot owocowy Woda | Kanapka z jajkiem na twardo, pomidorem i ogórkiem Herbata owocowa |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Fishburger z dorsza z dipem koperkowym 120g | 3, 4, 7 | | | |
| | | BEZMLECZNE | Fishburger z dorsza z sosem koperkowym 120g | 1, 3, 4, 9 | | | |
| | | WEGETARIANSKIE | Medalion warzywny z dipem koperkowym 120g | 1, 3, 7 | | | |
| | | DODATKI | Ziemniaczki pieczone 120g Coleslaw 70g WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK | 1, 3, 7, 9 | | | |

CODZIENNE ŚNIADANIA:

wybór pieczywa standardowego (mieszane, żytnie, pszenno-żytnie – bułka wrocławska, chleb zwykły, chleb razowy, chleb żytni); chleb bezglutenowy jasny; wafle ryżowe/kukurydziane bezglutenowe; masło; warzywa na kanapki i do chrupania w formie słupek (według dostępności sezonowej); chude wędliny drobiowe i wieprzowe (typu polędwica, szynka, filet); sery żółte krowie (podpuszczkowe typu holenderskiego z rodzaju gouda i edam); pasty do smarowania pieczywa na bazie twarogu; dżem/konfitura owocowa; mleko UHT krowie i mleko roślinne (ryżowe, sojowe lub migdałowe); płatki śniadaniowe zbożowe i kukurydziane bezglutenowe; herbata z cytryną; kakao z mlekiem lub mlekiem roślinnym; owoce sezonowe; jogurt naturalny; każdego dnia co najmniej jeden dodatek ciepły – parówka drobiowo-cielęca/frankfurterka wieprzowa lub jajecznicza lub omelet lub placuszek śniadaniowy (marchewkowy, jabłkowy, ziemniaczany).

OZNACZENIE NUMERYCZNE ALERGENÓW WYSTĘPUJĄCYCH W POSIŁKACH: 1. GLUTEN; 2. SKORUPIAKI; 3. JAJA; 4. RYBY; 5. ORZESZKI ZIEMNE; 6. SOJA; 7. MLEKO; 8. ORZECHY; 9. SELER; 10. GORCZYCA; 11. SEZAM; 12. DWUTLENEK SIARKI I SIARCZANY; 13. ŁUBIN; 14. MIĘCZAKI.

*Zgodnie z obowiązującymi przepisami i wymogami formalno-prawnymi dieta eliminująca gluten realizowana w jednym ciągu produkcyjnym z pozostałymi posiłkami nie może być opisywana za pomocą określeń takich jak „bezglutenowa”, „bez glutenu” bądź innych mogących ewentualnie wprowadzać w błąd konsumenta. Dieta taka jest niewskazana dla osób z celiakią lub silną alergią/nietolerancją/uczuleniem w zakresie glutenu.