

DATA	ZUPA	DRUGIE DANIE I DODATKI		ALERGENY	DESER	NAPOJE	PODWIECZOREK
<b>Wtorek</b> 02.11.2021	Krem z pomidorów z bazylią (rekomendowana porcja - 250g)   1, 7, 9	STANDARDOWE	Indyk w sosie pietruszkowym gotowany z marchewką i groszkiem 120g	1, 3, 7, 9	Kisiel żurawinowy	Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	Jogurt naturalny z musli Herbata owocowa
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Indyk w sosie pietruszkowym gotowany z marchewką i groszkiem 120g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Indyk w sosie pietruszkowym gotowany z marchewką i groszkiem 120g	1, 3, 9			
		WEGETARIANSKIE	Kotlet z brokułów polany sosem pietruszkowym z gotowaną marchewką i groszkiem 120g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Kasza pęczak 100g   Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Środa</b> 03.11.2021	Piecarkowa z makaronem (rekomendowana porcja - 250g)   1, 3, 7, 9	STANDARDOWE	Kurczak z warzywami w sosie curry 110g	1, 3, 7, 9	Ciasto dyniowe (wypiek firmowy)	Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	Bagietka z pastą twarogową ze szczypiorkiem Herbata z cytryną
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Kurczak z warzywami w sosie curry 110g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Kurczak z warzywami w sosie curry 110g	1, 3, 9			
		WEGETARIANSKIE	Cieciorka z warzywami w sosie curry 110g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Kasza gryczana 100g   Surówka z ogórka kiszzonego, jabłka i czerwonej cebuli 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Czwartek</b> 04.11.2021	Kalafiorowa (rekomendowana porcja - 250g)   1, 7, 9	STANDARDOWE	Bitki z szynki w sosie pieczarkowym 110g	1, 3, 7, 9	Słupki warzywne do chrupania	Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	Ciasto drożdżowe Kakao
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Bitki z szynki w sosie pieczarkowym 110g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Bitki z szynki w sosie pieczarkowym 110g	1, 3, 9			
		WEGETARIANSKIE	Cukinia pieczona z pomidorem i serem feta 110g	1, 3, 7			
		DODATKI	Kasza bulgur 100g   Sałata z jogurtem naturalnym 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Piątek</b> 05.11.2021	Soczewicowa z pietruszką (rekomendowana porcja - 250g)   1, 7, 9	STANDARDOWE	Kotlet jajeczny ze szczypiorkiem 110g	1, 3, 7, 9	Sok z jabłka 100%	Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	Budyń z kaszy jaglanej z bananem Napój herbaciano-owocowy
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Kotlet jajeczny ze szczypiorkiem 110g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Kotlet jajeczny ze szczypiorkiem 110g	1, 3, 9			
		WEGETARIANSKIE	Kotlet jajeczny ze szczypiorkiem 110g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Puree ziemniaczane 100g   Colesław 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			

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
<b>Poniedziałek</b> 08.11.2021	<b>Krupnik z kaszy jaglanej</b> (rekomendowana porcja – 300g)   1, 7, 9	STANDARDOWE	Ryż z prażonym jabłkiem z serkiem homogenizowanym z dodatkiem cynamonu 240g	1, 3, 7, 9	<b>Słupki warzywne do chrupania</b>	<b>Kompot wieloowocowy</b> Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	<b>Domowy kisiel z cząsteczkami owoców</b> <b>Biszkopty</b>
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Ryż z prażonym jabłkiem z serkiem homogenizowanym z dodatkiem cynamonu 240g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Ryż z prażonym jabłkiem z dodatkiem cynamonu 240g	1, 3, 9			
		WEGETARIAŃSKIE	Ryż z prażonym jabłkiem z serkiem homogenizowanym z dodatkiem cynamonu 240g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Sałátka owocowa 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Wtorek</b> 09.11.2021	<b>Zupa selerowo-ziemniaczana</b> (rekomendowana porcja – 250g)   1, 3, 7, 9	STANDARDOWE	Kotlecik drobiowy panierowany 110g	1, 3, 7, 9	<b>Ciasto Piaskowe</b> (wypiek firmowy)	<b>Kompot wieloowocowy</b> Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	<b>Placuszki twarogowe z owocami</b> <b>Herbata owocowa</b>
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Kotlecik drobiowy panierowany 110g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Kotlecik drobiowy panierowany 110g	1, 3, 9			
		WEGETARIAŃSKIE	Kotlecik z ciecierzycy i kaszy jaglanej 110g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Ziemniaki tłuczone 100g   Buraczki na ciepło 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Środa</b> 10.11.2021	<b>Zacierkowa</b> (rekomendowana porcja – 250g)   1, 3, 7, 9	STANDARDOWE	Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym 120g	1, 3, 9	<b>Gruszka</b>	<b>Kompot wieloowocowy</b> Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	<b>Sałátka ziemniaczana z groszkiem zielonym</b> <b>Rumianek</b>
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym 120g	1, 3, 9			
		BEZMLECZNE	Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym 120g	1, 3, 9			
		WEGETARIAŃSKIE	Pulpety warzywne w sosie pomidorowym 120g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Kasza jęczmienna 100g   Surówka jesienna 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Piątek</b> 12.11.2021	<b>Krem z białych warzyw z grzankami</b> (rekomendowana porcja – 250g)   1, 3, 7, 9	STANDARDOWE	Filet z miruny w cieście naleśnikowym 110g	1, 3, 4, 7	<b>Sok tłoczony 100%</b>	<b>Kompot wieloowocowy</b> Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	<b>Grahamka z jajkiem na twardo, pomidorem i szczypiorkiem</b> <b>Herbata z cytryną</b>
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Filet z miruny w cieście naleśnikowym 110g	3, 4, 7			
		BEZMLECZNE	Filet z miruny panierowany 110g	1, 3, 4			
		WEGETARIAŃSKIE	Kotlet z fasoli 110g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Puree ziemniaczane 100g   Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			

**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
<b>Poniedziałek</b> 15.11.2021	<b>Kapuśniak</b> (rekomendowana porcja – 250g)   1, 9	STANDARDOWE	Kaszotto z kurczakiem i warzywami 240g	1, 3, 7, 9	<b>Jabłko</b>	<b>Kompot wieloowocowy</b> Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	<b>Smoothie owocowe</b> z dodatkiem jogurtu naturalnego i płatków owsianych  Herbatniki
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Kaszotto z kurczakiem i warzywami 240g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Kaszotto z kurczakiem i warzywami 240g	1, 3, 9			
		WEGETARIAŃSKIE	Kaszotto warzywne 240g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Surówka z marchewki i jabłka 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Wtorek</b> 16.11.2021	<b>Rosół z makaronem</b> (rekomendowana porcja – 250g)   1, 3, 7, 9	STANDARDOWE	Pierś z kurczaka zapiekana w sosie pomidorowym z serem żółtym 120g	1, 3, 7, 9	<b>Kisiel cytrynowy</b>	<b>Kompot wieloowocowy</b> Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	<b>Muffinka z marmoladą</b>  <b>Napój herbaciano-owocowy</b>
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Pierś z kurczaka zapiekana w sosie pomidorowym z serem żółtym 120g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Pierś z kurczaka zapiekana w sosie pomidorowym 120g	1, 3, 9			
		WEGETARIAŃSKIE	Papryka faszerowana kaszą i serem feta 140g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Puree ziemniaczane 100g   Surówka z kapusty pekińskiej 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Środa</b> 17.11.2021	<b>Krem dyniowy z grzankami</b> (rekomendowana porcja – 250g)   1, 3, 7, 9	STANDARDOWE	Gulasz z indyka z warzywami 140g	1, 3, 9	<b>Śliwka</b>	<b>Kompot wieloowocowy</b> Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	<b>Croissant</b>  <b>Kakao</b>
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Gulasz z indyka z warzywami 140g	1, 3, 9			
		BEZMLECZNE	Gulasz z indyka z warzywami 140g	1, 3, 9			
		WEGETARIAŃSKIE	Leczo warzywne 140g	1, 3, 9			
		DODATKI	Ryż paraboliczny 100g   Surówka z pora, marchewki i jabłka 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Czwartek</b> 18.11.2021	<b>Pomidorowa z ryżem</b> (rekomendowana porcja – 250g)   1, 7, 9	STANDARDOWE	Schab duszony w sosie pietruszkowo-śmietankowym 120g	1, 3, 7	<b>Koktajl owocowy</b>	<b>Kompot wieloowocowy</b> Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	<b>Mini naleśniki z konfitura owocową</b>  <b>Herbata owocowa</b>
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Schab duszony w sosie pietruszkowo-śmietankowym 120g	3, 7			
		BEZMLECZNE	Schab duszony w sosie żurawinowym 120g	1, 3			
		WEGETARIAŃSKIE	Pieczeń warzywna w sosie żurawinowym 120g	1, 3			
		DODATKI	Kasza pęczak 100g   Sałata z sosem winegret 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Piątek</b> 19.11.2021	<b>Warzywna z koperkiem</b> (rekomendowana porcja – 250g)   1, 7, 9	STANDARDOWE	Pulpeciki rybne z miruny w sosie koperkowo-cytrynowym 120g	1, 3, 4, 7, 9	<b>Ciasto Zebra</b> (wypiek firmowy)	<b>Kompot wieloowocowy</b> Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	<b>Tosty z serem i wędliną drobiową</b>  <b>Warzywa do chrupania Rumianek</b>
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Pulpeciki rybne z miruny w sosie koperkowo-cytrynowym 120g	3, 4, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Pulpeciki rybne z miruny w sosie koperkowo-cytrynowym 120g	1, 3, 4, 9			
		WEGETARIAŃSKIE	Kotlet z kalafiora 120g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Ziemniaki tłuczone 100g   Surówka z kapusty czerwonej 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			

**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
<b>Poniedziałek</b> 22.11.2021	Jarzynowa (rekomendowana porcja – 250g)   1, 7, 9	STANDARDOWE	Makaron penne z kurczakiem w sosie szpinakowym 260g	1, 3, 7, 9	Sok z pomarańczy 100%	Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	Kanapki z pastą z tuńczyka Warzywa do chrupania Rumianek
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Makaron penne z kurczakiem w sosie szpinakowym 260g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Makaron penne z kurczakiem w sosie szpinakowym 260g	1, 3, 9			
		WEGETARIANSKIE	Makaron penne ze szpinakiem i serem mozzarella 260g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Salátka jesienna z pestkami dyni 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Wtorek</b> 23.11.2021	Barszcz czerwony (rekomendowana porcja – 250g)   1, 7, 9	STANDARDOWE	Burger z indyka i cukinii 110g	1, 3, 7, 9	Budyń waniliowy	Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	Racuszki z jabłkiem Herbata z cytryną
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Burger z indyka i cukinii 110g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Burger z indyka i cukinii 110g	1, 3, 9			
		WEGETARIANSKIE	Burger wielowarzywny 110g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Ziemniaki tłuczone 100g   Surówka koperkowa 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Środa</b> 24.11.2021	Szczawiowa z jajkiem (rekomendowana porcja – 300g)   1, 3, 7, 9	STANDARDOWE	Kotlet mielony 110g	1, 3, 7, 9	Ciasto trójniak (wypiek firmowy)	Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	Ryzanka z sosem truskawkowym Herbata owocowa
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Kotlet mielony 110g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Kotlet mielony 110g	1, 3, 9			
		WEGETARIANSKIE	Medalion warzywny 110g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Puree ziemniaczane 100g   Marchewka z groszkiem 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Czwartek</b> 25.11.2021	Paprykowa (rekomendowana porcja – 250g)   1, 3, 7, 9	STANDARDOWE	Nuggetsy z kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych 110g	1, 3, 7, 9	Kisiel witaminowy z cząsteczkami owoców	Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	Ciastko owsiane Napój herbaciano-owocowy
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Nuggetsy z kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych 110g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Nuggetsy z kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych 110g	1, 3, 9			
		WEGETARIANSKIE	Nuggetsy z ciecierzycy 110g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Puree ziemniaczane 100g   Mizeria 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Piątek</b> 26.11.2021	Krem z zielonego groszku z dodatkiem groszku ptyśowego (rekomendowana porcja – 250g)   1, 3, 7, 9	STANDARDOWE	Naleśniki z owocami i twarożkiem 240g	1, 3, 7, 9	Słupki warzywne do chrupania	Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	Frankfurterka na ciepło Pieczywo mieszane Herbata miętowa
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Naleśniki z owocami i twarożkiem 240g	3, 7, 9			
		BEZMLECZNE	Naleśniki z owocami 240g	1, 3, 9			
		WEGETARIANSKIE	Naleśniki z owocami i twarożkiem 240g	1, 3, 7, 9			
		DODATKI	Salátka owocowa 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			

**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/luczuleniem w zakresie glutenu.

DATA	ZUPA	DRUGIE DANIE I DODATKI		ALERGENY	DESER	NAPOJE	PODWIECZOREK
<b>Poniedziałek</b> 29.11.2021	Jesienna z makaronem (rekomendowana porcja – 250g)   1, 3, 7, 9	STANDARDOWE	Pierogi ruskie 240g	1, 3, 7	Gruszka	Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	Chałka z konfiturą owocową Herbata z cytryną
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Pierogi ruskie 240g	3, 7			
		BEZMLECZNE	Pierogi z soczewicą 240g	1, 3			
		WEGETARIAŃSKIE	Pierogi z soczewicą 240g	1, 3			
		DODATKI	Kapusta zasmażana 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			
<b>Wtorek</b> 30.11.2021	Żurek z jajkiem (rekomendowana porcja – 250g)   1, 3, 7, 9	STANDARDOWE	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 110g	1, 3, 9	Koktajl jogurtowo-owocowy	Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane)	Kasza manna na mleku z malinami Herbata z miętą
		ELIMINUJĄCE GLUTEN*	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 110g	3, 9			
		BEZMLECZNE	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 110g	1, 3, 9			
		WEGETARIAŃSKIE	Gulasz wielowarzywny w sosie słodko-kwaśnym 110g	1, 3, 9			
		DODATKI	Ryż 100g   Sałata lodowa z jogurtem 70g <b>WYBÓR SAŁATEK I SURÓWEK</b>	1, 3, 7, 9			

**CODZIENNE ŚNIADANIA W FORMIE STOŁU SZWEDZKIEGO:**

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 jajecznica 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. ORZECZY; 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.