

Posiłek / potrawa / składniki	ok. 900-1200 kcal - 3 posiłki
Śniadanie Kanapka z pastą jajeczną	Chleb żytni jasny, Pomidor, Jaja kurze całe, Koper ogrodowy, Majonez z olejem rzepakowym, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Alergeny: 1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owses, lub ich odmiany hybrydowe a także produkty pochodne 3. jaja i produkty pochodne 7. mleko i produkty pochodne 10. gorczyca i produkty pochodne
Drugie śniadanie Zupa krem z kukurydzy	Cebula, Kukurydza, konserwowa, Marchew, Oliwa z oliwek, Śmietana, 18% tłuszczu, Ziemniaki, Bulion warzywny Alergeny: 7. mleko i produkty pochodne
Obiad Szyńka wieprzowa w sosie grzybowym, kasza gryczana, brokuły	Cebula, Masło ekstra, Czosnek, Pieczarka uprawna, świeża, Grzyby suszone, Pietruszka, liście, Bulion warzywny, Wieprzowina, szynka surowa, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Kasza gryczana, Brokuły