

		1	3	4	5	7
		Śniadanie	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026.08.01 sobota	Dziekanów Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g	Zupa kokosowa z ryżem 350 ml (8-OWL, 9-SEL) Befszytk wieprzowy z cebulką (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 160 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurczą 50 g (1-GLU) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 316,2 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 327,5
	Dziekanów Łatwostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g	Zupa kokosowa z ryżem diet. 350 ml (8-OWL, 9-SEL) Befszytk wieprzowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 160 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurczą 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 297,2 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 324
2026.08.02 niedziela	Dziekanów Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka od szwagra 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 40 g Sałata 10 g	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 160 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 120 g (9-SEL) Kompot owocowy 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z indyka 20 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 276,5 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 96,4 Węglowodany ogółem [g] 271,7
	Dziekanów Łatwostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka od szwagra 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 350 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 160 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z indyka 20 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 190,9 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 264,8
2026.08.03 poniedziałek	Dziekanów Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 270 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 50 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Zawiańce z szynką w panierce 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Ryż 160 g Marchewka talarki z natką 120 g Kompot owocowy 250 ml	Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka na kartki 20 g Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 80 g Ogórek małosolny 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 581,9 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 377,1
	Dziekanów Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 270 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 50 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 350 ml (1-GLU, 9-SEL) Zawiańce z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 160 g Marchewka talarki z natką 120 g Kompot owocowy 250 ml	Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka na kartki 50 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 310,9 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 335,2

2026.08.04 wtorek	Dzięków Podstawowa	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser żółty 50 g (7-MLE) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Zupa kapuśniak z ziemniakami z młodej kiszzonej kapusty 350 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 80 g (1-GLU) Sos bazyliowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 160 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 120 g Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 123,8 Białko ogółem [g] 81,1 Tłuszcz [g] 61,9 Węglowodany ogółem [g] 319,9
	Dzięków Łatwostrawna	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Zupa ziemniaczanka z natką 350 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 80 g (1-GLU) Sos bazyliowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 160 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 120 g Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 043,3 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 49,7 Węglowodany ogółem [g] 330,4
2026.08.05 środa	Dzięków Podstawowa	Kasza manna na mleku 270 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szyńka zielonogórska 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml (7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Kopytka 160 g (1-GLU, 3-JAJ) Carpaccio z buraczków 120 g (8-OWL, 11-SEZ) Kompot owocowy 250 ml	Koktajl jogurtowo biskoptowy z bananem 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta z makreli 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 440,1 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 343,9
	Dzięków Łatwostrawna	Kasza manna na mleku 270 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szyńka zielonogórska 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 350 ml (9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kopytka 160 g (1-GLU, 3-JAJ) Sałatka z buraka diet. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Koktajl jogurtowo biskoptowy z bananem 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta z makreli 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 479,8 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 350,3
2026.08.06 czwartek	Dzięków Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Dżem 30 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 350 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka w panierce panko (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 160 g Ratatouille 120 g Kompot owocowy 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml (11-SEZ) Wafle kukurydziane 1 szt	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 50 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 984,7 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 291,6

2026.08.06 czwartek	Dzianków Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Dżem 30 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Zupa grysikowa z lubczykiem 350 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g Ziemniaki 160 g Ratatouille lekkostrawne 120 g (9-SEL) Kompot owocowy 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml (11-SEZ) Wafle kukurydziane 1 szt	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 50 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 914,8 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 273,1
	Dzianków Podstawowa	Platki owsiane na mleku 270 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kaziuk 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 350 ml (7-MLE, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 160 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszonej młodej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Pudding bananowy z masłem orzechowym i nasionami chia 200 g (7-MLE)	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 80 g (7-MLE, 8-OWL) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 452,6 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 364,3
2026.08.07 piątek	Dzianków Łatwostrawna	Platki owsiane na mleku 270 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kaziuk 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 350 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 160 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 120 g (9-SEL) Kompot owocowy 250 ml	Pudding bananowy z masłem orzechowym i nasionami chia 200 g (7-MLE)	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 80 g (7-MLE, 8-OWL) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 343,2 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 366,6
	Dzianków Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Kajzerka szt 1 szt (1-GLU, 6-SOJ) Masło 10 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 350 ml (9-SEL, 13-LUB) Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 160 g (1-GLU) Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Schab parowany 50 g Papryka 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 281,7 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 306,2
2026.08.08 sobota	Dzianków Łatwostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Kajzerka szt 1 szt (1-GLU, 6-SOJ) Chleb pszenno-żytni 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 350 ml (9-SEL, 13-LUB) Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 160 g (1-GLU) Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Schab parowany 50 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 188,6 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 292,5
	Dzianków Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g	Rosół z makaronem 350 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 160 g Mizeria 120 g (7-MLE) Kompot owocowy 250 ml	Jogurt z musem truskawkowym 200 g (7-MLE)	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 404 Białko ogółem [g] 123,6 Tłuszcz [g] 113,3 Węglowodany ogółem [g] 257,5

2026.08.09 niedziela	Dziekanów Łatwostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g	Rosół z makaronem 350 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 160 g Buraczki 120 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 250 ml	Jogurt z musem truskawkowym 200 g (7-MLE)	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 465,2 Białko ogółem [g] 124,6 Tłuszcz [g] 113,5 Węglowodany ogółem [g] 272,8
	Dziekanów Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 50 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Cytryna 5 g	Zupa zacierkowa z ziemniakami 350 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż 160 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 100,1 Białko ogółem [g] 74,9 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 317,3
	Dziekanów Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 50 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Zupa zacierkowa z ziemniakami 350 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż 160 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenno-żytni 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Cytryna 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 011,9 Białko ogółem [g] 75,4 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 320,5

Oznaczenia alergenów:

- 1-GLU - Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także prod. pochodne,
- 2-SKO - Skorupiaki i produkty pochodne,
- 3-JAJ - Jaja i produkty pochodne,
- 4-RYB - Ryby i produkty pochodne,
- 5-OZI - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
- 6-SOJ - Soja i produkty pochodne,
- 7-MLE - Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
- 8-OWŁ - Orzechy tj. migdały, laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia lub Queensland, a także produkty pochodne.,
- 9-SEL - Seler i produkty pochodne,
- 10-GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
- 11-SEZ - Nasiona sezamu i produkty pochodne,
- 12-S02 - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr,
- 13-ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
- 14-MIĘ - Mięczaki i produkty pochodne,