

2023 – MENU wegańskie, wegetariańskie

Firma J.B.Partners Anna Topa nie ponosi odpowiedzialności za dzieci z dietami eliminacyjnymi w alergii pokarmowej, firma jedynie wyklucza składniki z diety

-Firma J.B.Partners Anna Topa ściśle przestrzega Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego.

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
01.07.2023 Poniedziałek Kcal:928,4 B:11,8 T:21,3 W:88,6	Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g ,weganie margaryna (1,7) pastą owocową 10g dodatkowo:Platki kukurydziane na mleku 200ml/10g (1,5,6,7)weganie napój ryżowy (składniki: pieczywo <u>pszenne i żytnie</u> , <u>masło</u> extra, <u>mleko</u> 2% tłuszczu, płatki kukurydziane, kakao, warzywa korzenne, banan, avocado,napój ryżowy) Alergeny:1,5,6,7,8	Zupa jarzynowa, gotowana na wywarze warzywnym, 200ml (składniki:marchewka, brokuł, kalafior, groszek, por, ziemniaki, natka pietruszki) Alergeny: brak	Fasolka czerwona z kaszą perlowa 130/100g, surówka za kapusty z pomidorem 95g kompot z owoców mrożonych 200ml (składniki, fasola czerwona, kasza perlowa, marchew, pietruszka, por, fasolka zielona, groszek zielony, cebula, kapusta, marchewka, chrzan,przyprawy,owoce mrożone) Alergeny:1	jabłko 70g Alergeny:brak
wtorek 04.07.2023 Kcal:1003,2 B:18,4 T:31,4 W:101,3	Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g weganie margaryna (1,7), pasztetem warzywnym -wyrób własny 20g (3), pomidor 10g (składniki:pieczywo <u>pszenne i żytnie</u> , <u>masło</u> , cieciorka przyprawy, pomidor) Alergeny:1,3,7	Rosół warzywny z makaronem 200ml/50g składniki: (wywar z warzyw korzennych , warzywa-pietruszka, marchewka, cebula, makaron <u>pszenny</u> , kapusta) alergen:1	Kotlet siekany z kalafiora i 85g, puree ziemniaczane z koperkiem 90g, bukiet warzyw na ciepło 70g kompot z owoców mrożonych 200ml (składniki:kalafior, brokuł,, bułka tarta- <u>pszenna</u> , mąka <u>pszenna</u> , ziemniaki,cebula,,ogórek zielony) Alergeny:1,	Biszkopty 30g (składniki: mąka pszenna, sól, Produkt może zawierać <u>orzeszki arachidowe, soję</u> , Alergeny: 5,6,
05.07.2023 Środa Kcal:1116,3 B:16,7 T:43,2 W:123,1	Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g weganie margaryna (1,7) pasta hummus10g, ogórek zielony 10g dodatkowo:Platki górskie na mleku 200g/10g (1,7)weganie napój ryżowy (składniki: pieczywo <u>pszenne i żytnie</u> , <u>masło</u> , hummus- tahini, sezam, ogórek zielony, <u>mleko</u> 2%, oczyszczone ziarno <u>owsa</u> , <u>napój ryżowy</u>) Alergeny:1,7	Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami, gotowany na bulionie warzywnym 200ml (składniki:buraki, marchewka, fasola, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, natka pietruszki) Alergeny:brak	Pyzy ziemniaczane 150 okraszane cebulką duszoną 200/5g kompot z owoców mrożonych 200ml (składniki:woda, ziemniki, mąka <u>pszenna</u> ,,olej, przyprawy) Alergeny:1,	Kisiel z musem owocowym70g składniki mąka ziemniaczana miksowane owoce Alergeny:brak
	Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 55g,weganie margaryna	Zupa kalafiorowa gotowana na wywarze warzywnym, serwowana z	Stek warzywny gotowany w sosie pomidorowym 85/50g, kasza jęczmienna 90g,	Wafle ryżowe z prażonymi jabłkami 12g

<p>6.07.2023</p> <p>Czwartek</p> <p>Kcal:1120,4 B:19,9 T:39,5 W:123,2</p>	<p>(1,7) szynka warzywna 10g, ogórek 10g, rzodkiewka 5g (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, ogórek zielony, rzodkiewka, szynka warzywna, przyprawy, emulgator napój ryżowy.) Alergeny:1,7</p>	<p>natką pietruszki 200ml (składniki kalafior, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy) Alergeny: brak</p>	<p>buraczki na ciepło 60g kompot z owoców mrożonych 200ml (składniki: brokuł, cebula, cieciora, bułka tarta, mąka <u>pszenna</u>, przyprawy, kasza <u>jęczmienna</u>, kapusta czerwona, jabłka, olej, koncentrat) Alergeny:1,</p>	<p>(składniki: ryż preparowany, jabłka) Alergeny: brak</p>
<p>7.07.2023</p> <p>Piątek</p> <p>Kcal:988,1 B:18,8 T:35,1 W:111,2</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem weganie margaryna40g /5 (1,7) pastą bananową 20g (składniki: pieczywo <u>pszenne</u>, <u>masło</u> extra, <u>ciecierzycy</u>, banany) Alergeny:1,7</p>	<p>Pomidorowa z makaronem z dodatkiem kurkumy, 180ml (składniki: woda, pomidorowa passata marchewka, imbir pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, makaron <u>pszenny</u>,) Alergeny: 1,</p>	<p>Kotlet z soi panierowany 80g, puree ziemniaczane 90g, surówka domowa z kapusty kwaszonej 60g kompot z owoców mrożonych 200ml (składniki: <u>soja</u>, <u>jajka</u>, mąka <u>pszenna</u>, bułka tarta-<u>pszenna</u>, ziemniaki, kapusta kwaszona, marchew, jabłko, koperek przyprawy) Alergeny:1,6</p>	<p>Ciasto z owocami 60g (składniki: mąka <u>pszenna</u>, marchew, olej, <u>jajko</u>, cukier, owoce leśne) Alergeny: 1,3</p>
<p>10.07.2023</p> <p>Poniedziałek</p> <p>Kcal:1015,8 B:18,6 T:39,4 W:103,4</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g weganie margaryna (1,7), pasztetem warzywnym -wyrób własny 20g (3), pomidor 10g (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, cieciora przyprawy, pomidor) Alergeny:1,3,7</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami 200ml/50g składniki: (wywar z warzyw korzennych , warzywa-pietruszka ogórki, a, marchewka, cebula, ziemniaki, kapusta) alergen:brak</p>	<p>Kotlet siekany z brokuła i 85g, puree ziemniaczane z koperkiem 90g, bukiet warzyw na ciepło 70g kompot z owoców mrożonych 200ml (składniki: brokuł, bułka tarta- <u>pszenna</u>, mąka <u>pszenna</u>, ziemniaki, cebula, ogórek zielony) Alergeny:1,</p>	<p>arbus 70g Alergeny:brak</p>
<p>11.07.2023</p> <p>Wtorek</p> <p>Kcal:1015,3 B:11,5 T:30,1 W:101,4</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g weganie margaryna(1,7) pasta z cieciora i suszonych pomidorów10g, ogórkiem 10g dodatkowo: Płatki górskie na mleku 180g (1,7) weganie napój ryżowy (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, suszone pomidory, cieciora, <u>mleko</u> 2%, oczyszczone ziarno <u>owsa</u>,</p>	<p>Zupa z fasolki z ziemniakami, gotowana na bulionie warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml (składniki: woda, marchewka, pietruszka, por, fasolka zielona, ziemniaki) Alergeny:brak</p>	<p>Makaron ala bolognese z fasolką 130g, (składniki: makaron <u>pszenny</u>, drobna fasolka, koncentrat pomidorowy 30%, mąka <u>pszenna</u>, Alergeny:1</p>	<p>jabłko 70g Alergeny: brak</p>

	ogórek, napój ryżowy)			
	Alergeny: 1,7			
12.07.2023 Środa	Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem weganie margaryna 40g, (1,7) marmolada (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie, masło</u> , marmolada) Alergeny: 1,3,7	Krem z białych warzyw z grzankami gotowany na wywarze warzywnym, 200ml (składniki: pietruszka, por, ziemniaki, , natka pietruszki, przyprawy grzanki <u>pszenne</u> .) Alergeny: 1,	Kotlet mielony z marchewki i brokula, 85g, puree ziemniaczane, салатка z marchewki na ciepło 50g kompot z owoców mrożonych 200ml (składniki: marchewka, brokuł, cebula , <u>bulka tarta-pszenna</u> , ziemniaki, marchewka, przyprawy) Alergeny: 1,	brzoskwinia 50g Alergeny: brak
13.07.2023 Czwartek	Bulka pszenna oraz razowy z masłem, 30g (1,7) pasta jajeczna z fetą 10g weganie pasta warzywna 20g dotatkowo: Płatki kukurydziane na mleku 180ml (1,5,6,7) weganie napój owsiany (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> , <u>żytnie, masło</u> extra, rolada- cieciora, brokuł, groszek, o kiszony, feta, jajko, napój owsiany) Alergeny: 1,3,7	Zupa kapuśniak z ziemniakami, gotowana na wywarze warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml (składniki: kapusta kwaszona, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, natka pietruszki) Alergeny: brak	Kluski śląskie z gulaszem warzywnym 125g, kompot 180ml (składniki: mąka <u>pszenna</u> , mix warzyw korzennych, woda, sól, jabłka, owoce mrożone) Alergeny: 1,	Ryż z pieczonym jabłkiem i cynamonem oraz kardamonem 50g (składniki: ryż, jabłko, kardamom, cynamon) Alergeny: 1,7
14.07.2023 Piątek	Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, weganie margaryna (1,7) hummus, 10g pomidor, ogórek zielony 10g (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie, masło</u> , hummus, pomidor, ogórek zielony) Alergeny: 1,7	Zupa krupnik z ziemniakami gotowany na bulionie warzywnym 200ml (składniki: woda, kasza <u>jęczmienna</u> , marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy) Alergeny: 1	Filet z soi panierowany 70g, puree ziemniaczane z koperkiem 90g, surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z dodatkiem papryki 70g (składniki: <u>soja</u> mąka <u>pszenna</u> , bulka tarta- <u>pszenna</u> , ziemniaki, kapusta pekińska, papryka św, marchew) Alergeny: 1,	Ciasto z owocami 40g (składniki: mąka <u>pszenna</u> , marchew, olej, <u>jajko</u> , cukier, owoce leśne) Alergeny: 1,3
17.07.2023 poniedziałek	Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, weganie margaryna (1,7) twarożkiem waniliowym z rodzynkami 20g, (7) weganie- pasta waniliowa 20g dotatkowo: Kaszka manna na mleku z rodzynkami 180g (1,7,12)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, gotowany na bulionie warzywnym 200ml (składniki: buraki, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, natka pietruszki)	Potrąwka z czerwonej soczewicy z ryżem 155g surówka marchewka z anansem 60g (składniki: ryż, soczewica, groszek, marchewka, ananas, cebula, papryka, por, przyprawy) Alergeny: brak	Chrupki kukurydziane 10g (składniki: kasza kukurydziana. Produkt może zawierać <u>orzeszki arachidowe, soję</u> , Alergeny: 5,6,

W:92,4	weganie napój ryżowy (składniki:pieczywo pszenne i żytnie,masło, twaróg półtłusty, wanilia, kasza manna, napój ryżowy mleko 2%,rodzynki, ciecioraka) Alergeny:1,7,	Alergeny:brak		
18.07.2023 wtorek Kcal:984,6 B:14,2 T:23,1 W:98,4	Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g weganie margaryna(1,7), pastą z czerwonej fasoli - wyrób własny 20g, ogórkiem kwaszonym 10g (składniki: pieczywo pszenne i żytnie, masło extra, czerwona fasola, cebula, tymianek) Alergeny:1,7	Zupa ogórkowa gotowana na bulionie warzywnym 200ml (składniki: woda, ogórek kwaszony, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy) Alergeny: brak	Ciecierzycza duszona w warzywach curry 85g, puree ziemniaczane 100, surówka buraki na ciepło 65g (składniki: ciecioraka, cebula, czosnek, marchewka, ziemniaki, , kapusta biała, marchewka) Alergeny:brak	arbuz 70g Alergeny: brak
19.07.2023 Środa Kcal:1019,2 B:19,2 T:39,4 W:93,6	Chleb pszenny i żytni z masłem 25g, weganie margaryna(1,7) parówka warzywna 40g, dotatkowo:Warzywna pasta curry20g (składniki: pieczywo pszenne, żytnie, masło extra,parówka warzywna, napój ryżowy soczewica, sezam , dynia, curry) Alergeny:1,7,11	Rosół warzywny z makaronem, serwowany z natką pietruszki 200ml (składniki:woda, wywar warzywny ,makaron pszenny , por, marchewka, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy) Alergeny:1	Pierogi ukraińskie okraszane duszoną cebulką 180/10g weganie pierogi z ziemniakami i cebulką (składniki: ziemniaki, twaróg półtłusty, mąka pszenna , cebula, przyprawy) Alergeny:1,7	Wafle ryżowe z prażonymi jabłkami 12g (składniki: ryż preparowany, jabłka) Alergeny: brak
20.07.2023 Czwartek Kcal:985,9 B:18,3 T:38,6 W:102,6	Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g weganie margaryna(1,7) smalczyk z fasoli 20g, ogórek św 10g, dotatkowo:makaron na mleku (1,7) 180ml weganie napój ryżowy (składniki:pieczywo pszenne i żytnie,masło , polędwica drobiowa, ogórek, , makaron pszenny, mleko 2% ,napój ryżowy, fasola)	Zupa brokułowa z ziemniakami, gotowana na bulionie warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml (składniki:brokuł, marchewka, pietruszka, por, , ziemniaki) Alergeny: brak	Kotlet warzywny z brokuła i dyni 70g, puree ziemniaczane z koperkiem 90g, surówka z kapusty kiszzonej 70g (składniki: marchewka, brokuł, mąka pszenna , szczypiorek,bułka tarta- pszenna , ziemniaki,kapusta, dynia) Alergeny:1,	Kisiel z owocami 150g (składniki:woda, skrobia ziemniaczana, przcier owocowy) Alergeny: brak

	Alergeny:1,7			
21.07.2023 piątek Kcal:984,4 B:14,2 T:30,5 W:98,4	Chleb pszenno-żytni z masłem 25g weganie margaryna(1,7), paprykarz warzywny wyrób własny 20g ogórek kiszony 10g (4) (składniki: pieczywo pszenne, żytnie, masło extra, ryż, pomidory, papryka, og kiszony) Alergeny:1,7	Krem z marchewki z dodatkiem imbiru, z ziemniakami, serwowany z popcornem 200ml (składniki: woda,marchewka,imbir, ziemniaki, kukurydza,przyprawy) Alergeny: brak	Naleśniki z serkiem waniliowym 120/30 gr (składniki: mąka pszenna , twaróg, mleko, jajko , proszek do pieczenia, olej rzepakowy, wanilia) weganie naleśniki z marmolada Alergeny: 1,3,7	Wafle ryżowe z pastą czekoladową na bazie awokado 40g składniki: ryż, kakao, awokado, banan, Alergeny:brak
24.07.2023 Poniedziałek Kcal:1015,8 B:18,6 T:39,4 W:103,4	Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g weganie margaryna(1,7) twarożkiem waniliowym 20g, (7) weganie pasta waniliowa dotatkowo:ryż mleku z rodzynkami 180g (1,7,12)weganie napój ryżowy (składniki:pieczywo pszenne i żytnie,masło , twaróg półtłusty, wanilia,napój ryżowy ryż, mleko 2% , rodzynki,fasola, cieciorka) Alergeny:1,7,	Zupa jarzynowa z ziemniakami, gotowana na bulionie warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml (składniki:marchewka, pietruszka, por, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki) Alergeny: brak	Makaron ala bolognese z warzywami 130g, (składniki: makaron pszenny , cieciora, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, mąka pszenna , Alergeny:1	jabłko 70g Alergeny:brak
25.07.2023 Wtorek Kcal:962,3 B:17,2 T:29,3 W:101,5	Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g weganie margaryna(1,7) pasta z buraka z pieczoną papryką 15g, pomidor 10g (składniki:pieczywo pszenne i żytnie,masło , pomidor, burka, paparyka, cebula) Alergeny:1,7	Zupa pomidorowa z ryżem, gotowana na bulionie warzywnym z natką pietruszki 200ml (składniki:woda, marchew, pietruszka, por, ryż, koncentrat pomidorowy, przyprawy) Alergeny:brak	Kotlet mielony warzywny pieczony w piecu konwekcyjno-parowym 70g puree ziemniaczane 90g, surówka z buraczków na ciepło 60g (składniki: soczewica, cebula, bułka tarta- pszenna , mąka pszenna , ziemniaki, przyprawy,buraki, jabłka) Alergeny:1,3	Jogurt naturalny z owocami 60 g (składniki: mleko , żywe kultury bakterii jogurtowych, mieszanka owoców) Alergeny:7 weganienapój roślinny kokosowy
26.07.2023 Środa Kcal:1116,3 B:16,7 T:43,2	Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g weganie margaryna(1,7) pasta z soczewicy i pestek dyni 10g, ogórek zielony 10g (składniki: pieczywo pszenne i żytnie, masło , soczewica, pestki dyni, cebula, napój ryżowy pomidor, ogórek zielony, mleko 2% ,	Zupa kalafiorowa gotowany na wywarze warzywnym 200ml (składniki:marchewka, por, kalafior pietruszka, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy, śmietana)	Kluski śląskie z sosem pomidorowym z warzywami 120g/5g, surówka coleslaw 50g kompot z owoców mrożonych 200ml (składniki:woda, ziemniaki, mąka pszenna , pomidory pelatti, kapusta, marchewka, śmietana ,olej, przyprawy)	Budyń waniliowy składniki: budyń, mleko, wanilia Alergeny:1,7 weganie napój ryżowy

W:123,1	oczyszczone ziarno <u>owsa</u>) Alergeny:1,7	Alergeny:7	Alergeny:1,7	
27.0.2023 Czwartek Kcal:1120,4 B:19,9 T:39,5 W:123,2	Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g weganie margaryna (1,7) pastą owocowa z owoców z avocado 20g (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> , <u>masło</u> extra, margaryna, cieciorka, owoce mrożone, avocado) Alergeny:1,7	Zupa z soczewicy gotowana na wywarze warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml (składniki: soczewica czerwona, marchewka, pietruszka, por, , ziemniaki, przyprawy) Alergeny: brak	Czerwona fasola duszana w sosie 80g, puree ziemniaczane 90g, surówka domowa z kapusty kwaszonej 60g kompot z owoców mrożonych 200ml (składniki: czerwona fasola, mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta- <u>pszenna</u> , ziemniaki, kapusta kwaszona, marchew, jabłko, koperek przyprawy) Alergeny:1	Jabłko 60g alergeny brak
28.07.2023 Piątek Kcal:988,1 B:18,8 T:35,1 W:111,2	Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 55g, weganie margaryna (1,7) szynką warzywną 10g, ogórek 10g, rzodkiewka 5g (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> extra, ogórek zielony, rzodkiewka, szynka warzywna, przyprawy, emulgator) Alergeny:1,7	Zupa pomidorowa meksykańska 180ml (składniki: woda, groszek ziel, kukurydza, fasolka ziel, ziemniaki, przyprawy) Alergeny: brak	Placki ziemniaczane z sosem owocowym kompot z owoców mrożonych 200ml składniki: mąka drożdże, woda, przyprawy, dynia, śliwka, owoce mrożone, napój ryżowy alergeny: 1,	Ciasto z owocami 60g (składniki: mąka <u>pszenna</u> , marchew, olej, <u>jajko</u> , cukier, jabłka) Alergeny: 1,3
poniedziałek 31.07.2023 Kcal:1003,2 B:18,4 T:31,4 W:101,3	Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g weganie margaryna (1,7), pasztetem warzywnym -wyrób własny 20g (3), pomidor 10g (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , cieciorka przyprawy, pomidor) Alergeny:1,3,7	Rosół warzywny z makaronem 200ml/50g składniki: (wywar z warzyw korzennych , warzywa-pietruszka, marchewka, cebula, makaron <u>pszenny</u> , kapusta) alergeny:1	Kotlet siekany z kalafiora i 85g, puree ziemniaczane z koperkiem 90g, bukiet warzyw na ciepło 70g kompot z owoców mrożonych 200ml (składniki: kalafior, brokuł, bułka tarta- <u>pszenna</u> , mąka <u>pszenna</u> , ziemniaki, cebula, ogórek zielony) Alergeny:1,	Biszkopty 30g (składniki: mąka pszenna, sól, Produkt może zawierać <u>orzeczki arachidowe</u> , <u>soje</u> . Alergeny: 5,6,

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, cukier waniliowy. Produkty spożywcze niezbędne do wytworzenia w/w posiłków zgodnie z informacjami producentów mogą zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.

Legenda:

1. Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 8.Orzechy 9.Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne.