

		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
12.03.2026r.	Śniadanie	Kakao z/c 250ml(1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Wędlina 40g Sałatka z pieczarek z groszkiem i ogórkiem 80g(3,7)	Kakao z/c 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Wędlina 40g Mix sałat z pomidorem 40g	Kakao z/c 250ml(1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Wędlina 40g Mix sałat z pomidorem b/skórki 40g	Kakao b/c 250ml(1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Wędlina 40g Mix sałat z pomidorem 40g
	II ŚN		Dzieci- przekąska mleczno-zbożowa z owocami 150g		C5,C6- przekąska mleczno-zbożowa z owocami 150g
	Obiad	Zupa dyniowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z .180g Filet duszony 90g Sos 100ml(1,7) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa dyniowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z .180g Filet duszony 90g Sos 100ml(1,7) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa dyniowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z .180g Filet na parze 90g Buraczki/ciepło 150g(1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa dyniowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z .180g Filet duszony 90g Sos 100ml(1,7) Buraczki z z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- smoothie owocowo- warzywne 150g		C5,C6- Smoothie owocowo-warzywne 150g
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Pasta serowa z włośzczyzną i brokułem Sałata zielona 10g Smoothie owocowo-warzywne 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Pasta serowa z włośzczyzną i brokułem 70g (7) Sałata z 10g Smoothie owocowo-warzywne 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Pasta serowa z włośzczyzną i brokułem 70g (7) Sałata z 10g Smoothie owocowo-warzywne 150g	Herbata czarna b/c 250 ml C3,C5: Chleb Graham 100g (1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło ekstra 10g (7) Pasta serowa z włośzczyzną i brokułem 70g (7) Sałata z 10g C3,C4:Smoothie owocowo-warzywne 150g
	PN				C4,C6:Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Ser biały 40g(7)

Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 1909,83 Białko ogółem (g) 81,37 Tłuszcz (g) 66,17 KT nasycone (g) 26,67 Węglowodany ogółem (g) 259,87 Cukry (g) 68,77 Błonnik (g) 25,19 Sól (g) 6,34 Sód(mg) 2535,03	Wartość energetyczna (kcal) 1800,00 Białko ogółem (g) 76,28 Tłuszcz (g) 58,87 KT nasycone (g) 25,59 Węglowodany ogółem (g) 252,72 Cukry (g) 66,58 Błonnik (g) 22,64 Sól (g) 4,88 Sód(mg) 1953,41	Wartość energetyczna (kcal) 1800,81 Białko ogółem (g) 81,36 Tłuszcz (g) 47,54 KT nasycone (g) 22,40 Węglowodany ogółem (g) 272,85 Cukry(g) 75,39 Błonnik (g) 20,96 Sól (g) 4,48 Sód(mg) 1792,74	Wartość energetyczna (kcal) 1801,32 Białko ogółem (g) 85,31 Tłuszcz (g) 65,62 KT nasycone (g) 29,54 Węglowodany ogółem (g) 232,08 Cukry(g) 43,05 Błonnik (g) 29,69 Sól (g) 4,96 Sód(mg) 1985,31
-------------------	--	--	---	---

*Zastrzegamy możliwość zmiany dań z przyczyn niezależnych od nas.

ALERGENY:

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, owies, orkisz, pszenica)
2. Skorupiaki i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
3. Jaja i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
4. Ryby i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
5. Orzeszki ziemne (arachidowe i produkty przygotowywane na ich bazie)
6. Soja i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
7. Mleko i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
8. Orzechy (migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy oraz produkty przygotowywane na ich bazie)
9. Seler i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
10. Gorczyca i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin (produkty przygotowywane na ich bazie)
14. Mięczaki (produkty przygotowywane na ich bazie)