

15.03.2026r.

	Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g (3) Mix sałat z pomidorem 50g	III: Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g Jajko 50g (3) Mix sałat z pomidorem 50g	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko faszerowane 50g (3,7) Mix sałat z pomidorem b/skórki 50g	C3,C4: Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml b/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g (3) Mix sałat z pomidorem 50g
II ŚN		Dzieci- Kasza manna na mleku 330ml (1,7)		C5,C6-Kasza manna na mleku 330ml (1,7)
Obiad	Rosół z makaronem 330ml (1,3,9) Ziemniaki z pietruszka z. 180g Udko gotowane 200g Marchew oprószana z groszkiem 150g (1) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Rosół z makaronem 330ml (1,3,9) Ziemniaki z pietruszka z. 180g Udko gotowane 200g Marchew oprószana 150g (1) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Rosół z makaronem 330ml (1,3,9) Ziemniaki z pietruszka z. 180g udko gotowane 200g Marchew oprószana 150g (1) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Rosół z makaronem 330ml (1,3,9) Ziemniaki z pietruszka z. 180g Udko gotowane 200g Marchew oprószana 150g (1) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
PD		Dzieci: Smoothie owocowo-warzywne 150g		C5,C6:Smoothie owocowo-warzywne 150g
Kolacja /II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Wędlina 30g Twarożek z pietruszką 50g(7) Sałata zielona 10g Smoothie owocowo-warzywne 150ml	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Wędlina 30g Twarożek z pietruszką 50g(7) Sałata zielona 10g Smoothie owocowo-warzywne 150ml	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Wędlina 30g Twarożek z pietruszką 50g(7) Sałata zielona 10g Smoothie owocowo-warzywne 150ml	Herbata czarna b/c 250 ml C3,C5:Chleb Graham 100g (1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (7) Wędlina 30g Twarożek z pietruszką 50g(7) Sałata z. 10g C3,C4- Smoothie owocowo-warzywne 150ml
PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Ser biały 40g(7)
Wartości odżywcze	<b>Wartość energetyczna (kcal) 1905,78</b> <b>Białko ogółem (g) 90,48</b> <b>Tłuszcz (g) 58,59</b> <b>KT nasycone (g) 22,21</b> <b>Węglowodany ogółem (g) 267,83</b> <b>Cukry(g) 61,00</b> <b>Błonnik (g) 26,92</b> <b>Sól (g) 6,34</b>	<b>Wartość energetyczna (kcal) 1905,78</b> <b>Białko ogółem (g) 90,48</b> <b>Tłuszcz (g) 58,59</b> <b>KT nasycone (g) 22,21</b> <b>Węglowodany ogółem (g) 267,83</b> <b>Cukry(g) 61,00</b> <b>Błonnik (g) 26,92</b> <b>Sól (g) 6,34</b>	<b>Wartość energetyczna (kcal)</b> <b>Białko ogółem (g)</b> <b>Tłuszcz (g)</b> <b>KT nasycone (g)</b> <b>Węglowodany ogółem (g)</b> <b>Błonnik (g)</b> <b>Sól (g)</b>	<b>Wartość energetyczna (kcal)</b> <b>Białko ogółem (g)</b> <b>Tłuszcz (g)</b> <b>KT nasycone (g)</b> <b>Węglowodany ogółem (g)</b> <b>Błonnik (g)</b> <b>Sól (g)</b>

Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 1859,10	Wartość energetyczna (kcal) 1844,50	Wartość energetyczna (kcal) 1891,00	Wartość energetyczna (kcal) 1809,67
	Białko ogółem (g) 92,01	Białko ogółem (g) 91,03	Białko ogółem (g) 98,42	Białko ogółem (g) 99,78
	Tłuszcz (g) 53,37	Tłuszcz (g) 53,33	Tłuszcz (g) 51,22	Tłuszcz (g) 60,77
	KT nasycone (g) 22,36	KT nasycone (g) 22,35	KT nasycone (g) 22,41	KT nasycone (g) 26,33
	Węglowodany ogółem (g) 265,32	Węglowodany ogółem (g) 262,16	Węglowodany ogółem (g) 269,55	Węglowodany ogółem (g) 230,91
	Cukry (g) 65,05	Cukry (g) 64,33	Cukry (g) 66,13	Cukry (g) 34,34
	Błonnik (g) 24,16	Błonnik (g) 23,02	Błonnik (g) 19,32	Błonnik (g) 29,31
	Sól (g) 4,60	Sól (g) 1805,66	Sól (g) 4,61	Sól (g) 4,68
Sód(mg) 1841,26	Sód(mg) 4,51	Sód(mg) 1845,33	Sód(mg) 1871,08	

\*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)