

17.03.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kawa z mlekiem z/c 250ml(7) Chleb pszenny 100g Masło 82%tł. 10 g (7)(1) Jajko 50(3) Sałatka jarzynowa z fasolką 80g(3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c 250ml(7) Chleb pszenny 100g Masło 82%tł. 10 g (7)(1) Jajko 50(3) Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c 250ml(7) Chleb pszenny 100g Masło 82%tł. 10 g (7)(1) Jajko faszerowane 50(3,7) Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Kawa z mlekiem b/c 250ml(7) Chleb Graham 100g Masło 82%tł. 10 g (7)(1) Jajko 50(3) Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)
	II ŚN		Dzieci – przekąska mleczno-zbożowa 150g(3,7)		C5,C6- kefir 150g(7)
	Obiad	Zupa grysikowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszka 180g Kotlet schabowy 90g (1,3) Buraczki z chrzanem 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa grysikowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszka 180g Schab duszony z marchewką 90g Sos 100ml(1,7) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa grysikowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszka 180g Schab gotowany z marchewką 90g Buraczki/ciepło 150g(1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa grysikowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszka 180g Schab duszony z marchewką 90g Sos 100ml(1,7) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci-Smoothie owocowo-warzywne 150 ml (jabłko, dynia)		C5,C6- Smoothie owocowo-warzywne 150 ml (jabłko, dynia)
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100g(1) Masło 82%tł 10g(7) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70g(7) Sałata z.10g Papryka świeża 50g Smoothie owocowo-warzywne 150 ml (jabłko, dynia)	Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100g(1) Masło 82%tł 10g(7) Twarożek ze szpinakiem 70g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150 ml (jabłko, dynia)	Herbata czarna z/c 250ml Chleb pszenny 100g(1) Masło 82%tł 10g(7) Twarożek ze szpinakiem 70g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150 ml (jabłko, dynia)	Herbata czarna b/c 250ml C3,C5-Chleb Graham 100g(1) C4,C6-Chleb Graham 70g(1) Masło 82%tł 10g(7) Twarożek ze szpinakiem 70g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150 ml (jabłko, dynia)
	PN				C4,C6-Chleb Graham 30g Masło 82%tł5g (7) Wędlina 20g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2054,15 Białko ogółem (g) 79,58 Tłuszcz (g) 66,87 KT nasycone (g) 24,23 Węglowodany ogółem (g) 298,42 Cukry (g) 68,52 Błonnik (g) 29,35 Sól (g) 4,28 Sód (mg) 1712,18	Wartość energetyczna (kcal) 1854,33 Białko ogółem (g) 71,80 Tłuszcz (g) 59,24 KT nasycone (g) 23,35 Węglowodany ogółem (g) 271,54 Cukry (g) 67,40 Błonnik (g) 25,64 Sól (g) 3,93 Sód (mg) 1570,95	Wartość energetyczna (kcal) 1803,33 Białko ogółem (g) 78,95 Tłuszcz (g) 44,69 KT nasycone (g) 22,13 Węglowodany ogółem (g) 282,81 Cukry (g) 74,36 Błonnik (g) 21,72 Sól (g) 4,60 Sód (mg) 1840,25	Wartość energetyczna (kcal) 1801,53 Białko ogółem (g) 76,77 Tłuszcz (g) 65,62 KT nasycone (g) 27,12 Węglowodany ogółem (g) 241,19 Cukry (g) 41,13 Błonnik (g) 30,45 Sól (g) 4,24 Sód (mg) 1695,29

*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)

