

19.03.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa z brokułami 70g (7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, marchew)	Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g(7) Pasta serowa z brokułami 70g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, marchew)	Herbata czarna z/c 250ml (7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa z brokułami 70g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowq-warzywne 150g(jabłko, marchew)	Herbata czarna b/c 250ml (7) Chleb Graham 100g(1) Pasta serowa z brokułami 70g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, marchew)
	II ŚN		Dzieci- Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, marchew)		C5,C6-Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, marchew)
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330g (1,7,9) Kasza gryczana z koperkiem 180g(1) Pulpet 70g(1,3) Sos pomidorowy 100ml (1,7) Fasolka szparagowa 100g(1) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330g (1,7,9) Kasza gryczana z koperkiem 180g(1) Pulpet 70g(1,3) Sos pomidorowy (1,7) Surówka z pietruszki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330g (1,7,9) Kasza jęczmienna z koperkiem 180g(1) Pulpet 70g(1,3,9) Sos pomidorowy 100ml (1,7) Surówka z pietruszki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330g (1,7,9) Kasza gryczana z koperkiem 180g(1) Pulpet 70g(1,3) Sos pomidorowy 100g(1,7) Surówka z pietruszki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- przekąska mleczno-zbożowa 150g(1,7)		C5, C6- przekąska mleczno-zbożowa 150g(1,7)
	Kolacja I/II	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Parówka drobiowa 100g Musztarda 20g(10) Mix sałat 40g	Kawa z mlekiem z/c 250ml(1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Parówka drobiowa 100g Mix sałat 40g	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa szynkowa 40g Mix sałat 40g	Kawa z mlekiem b/c 250ml(1,7) C3,C5: Chleb Graham 100 g(1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło 82 % tł 10 g(7) Parówka drobiowa 100g Mix sałat 40g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Ser biały 40g(7)

Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2111,63	Wartość energetyczna (kcal) 2091,21	Wartość energetyczna (kcal) 1847,73	Wartość energetyczna (kcal) 1920,57
	Białko ogółem (g) 84,73	Białko ogółem (g) 82,24	Białko ogółem (g) 74,95	Białko ogółem (g) 82,04
	Tłuszcz (g) 68,31	Tłuszcz (g) 66,78	Tłuszcz (g) 40,95	Tłuszcz (g) 67,08
	KT nasycone (g) 30,47	KT nasycone (g) 30,74	KT nasycone (g) 19,84	KT nasycone (g) 30,77
	Węglowodany ogółem (g) 303,78	Węglowodany ogółem (g) 304,53	Węglowodany ogółem (g) 307,29	Węglowodany ogółem (g) 263,00
	Cukry (g) 58,13	Cukry (g) 67,00	Cukry(g) 67,59	Cukry(g) 30,88
	Błonnik (g) 28,28	Błonnik (g) 28,36	Błonnik (g) 24,47	Błonnik (g) 32,06
	Sól (g) 7,28	Sól (g) 6,92	Sól (g) 5,71	Sól (g) 6,87
	Sód(mg) 2912,93	Sód(mg) 2767,24	Sód(mg) 2284,65	Sód(mg) 2747,88

*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)