

20.03.2026r.	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 z/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Roszponka z burakiem pieczonym 40g	Kasza manna na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Roszponka z burakiem pieczonym 40g	Kasza manna na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko faszerowane 50g(3,7) Roszponka z burakiem pieczonym 40g	C3,C4: Kasza manna na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna b/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Roszponka z burakiem pieczonym 40g
	II ŚN		Dzieci- Kasza manna na mleku 330ml(1,7)		C5,C6-Kasza manna na mleku 330ml(1,7)
	Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 330ml (1,3,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Ryba po grecku 100/150g (1,3,4) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Ryba w jarzynach 100/120g(4,9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Ryba w jarzynach 100/120g (4) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Ryba w jarzynach 100g/120g (4,9) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- jabłko pieczone 150g		C5,C6- jabłko pieczone 150g
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z papryką kons.70g(7) Sałata z.10g Jabłko 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z pietruszką 70g (7) Sałata z.10g Jabłko pieczone 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z pietruszką 70g (7) Sałata z.10g Jabłko pieczone 150g	Herbata czarna b/c 250 ml C3, C4: Chleb Graham 100g (1) C5, C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z pietruszką 70g (7) Sałata z.10g C3,C4: Jabłko pieczone 150g
	PN				C4, C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Wędlina 20g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 1963,56 Białko ogółem (g) 73,01 Tłuszcz (g) 65,76 KT nasycone (g) 22,55 Węglowodany ogółem (g) 284,00 Cukry(g) 68,13 Błonnik (g) 27,44 Sól (g) 4,81 Sód (mg) 1923,16	Wartość energetyczna (kcal) 1804,82 Białko ogółem (g) 72,57 Tłuszcz (g) 57,42 KT nasycone (g) 21,44 Węglowodany ogółem (g) 262,09 Cukry(g) 62,95 Błonnik (g) 24,81 Sól (g) 4,67 Sód (mg) 1867,15	Wartość energetyczna (kcal) 1806,08 Białko ogółem (g) 79,56 Tłuszcz (g) 51,22 KT nasycone (g) 21,22 Węglowodany ogółem (g) 267,28 Cukry (g) 63,63 Błonnik (g) 20,13 Sól (g) 4,72 Sód (mg) 1890,58	Wartość energetyczna (kcal) 1808,7 Białko ogółem (g) 83,39 Tłuszcz (g) 66,63 KT nasycone (g) 26,89 Węglowodany ogółem (g) 233,83 Cukry (g) 38,34 Błonnik (g) 29,85 Sól (g) 5,13 Sód (mg) 2052,98

*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 przygotowywane 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)

