

27.03.2026r.

| | 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) Ogórek kons.50g | 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) Włoszczyzna/parze 50g(9) | Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko faszzerowane 50g(3,7) Włoszczyzna/parze 50g(9) | 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(30) Włoszczyzna/parze 50g(9) |
| II ŚN | | Dzieci- kasza manna na mleku 330ml (1,7) | | C5,C6: kasza manna na mleku 330ml(1,7) |
| | Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki /z pietruszką z. 180 g Kotlet mielony z ryby 100g(1,3,4) Surówka z kapusty kiszonej 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki /z pietruszką z. 180 g Pulpet z ryby 100g(1,3,4) Sos koperkowy 100 ml(1,7) Surówka z pietruszki, marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki /z pietruszką z. 180 g Pulpet z ryby 100g(1,3,4) Sos koperkowy 150ml(1,7) Surówka z pietruszki, marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki /z pietruszką z. 180 g Pulpet z ryby 100g(1,3,4) Sos koperkowy 100 ml(1,7) Surówka z pietruszki, marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml |
| PD | | Dzieci – Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, dynia) | | C5,C6 – Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, dynia) |
| Kolacja I/II | Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Twarożek z papryką kons. 70g(7) Sałata zielona 10g Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, dynia) | Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Twarożek z brokułami 70g(7) Sałata zielona 10g Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, dynia) | Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Twarożek z brokułami 70g(7) Sałata zielona 10g Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, dynia) | Herbata czarna b/c 250 ml C3, C5: Chleb Graham 100g (1) C4, C6: Chleb Graham 70g (1) Masło ekstra 10g (7) Twarożek z brokułami 70g(7) Sałata z.10g C3,C4-Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, dynia) |
| PN | | | | C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł.5g(7) Wędlina 20g |
| Wartości odżywcze | Wartość energetyczna (kcal) 1961,39 Białko ogółem (g) 74,12 Tłuszcz (g) 65,97 KT nasycone (g) 22,56 Węglowodany ogółem (g) 280,06 Cukry (g) 63,19 Błonnik (g) 24,19 Sól (g) 5,47 Sód (mg) 2189,31 | Wartość energetyczna (kcal) 1883,92 Białko ogółem (g) 74,79 Tłuszcz (g) 54,44 KT nasycone (g) 22,08 Węglowodany ogółem (g) 286,69 Cukry (g) 70,55 Błonnik (g) 25,57 Sól (g) 3,99 Sód (mg) 1596,92 | Wartość energetyczna (kcal) 1900,01 Białko ogółem (g) 82,22 Tłuszcz (g) 53,33 KT nasycone (g) 22,21 Węglowodany ogółem (g) 284,20 Cukry (g) 62,37 Błonnik (g) 21,91 Sól (g) 4,09 Sód (mg) 1636,87 | Wartość energetyczna (kcal) 1813,11 Białko ogółem (g) 77,24 Tłuszcz (g) 57,49 KT nasycone (g) 24,88 Węglowodany ogółem (g) 262,63 Cukry (g) 36,57 Błonnik (g) 31,93 Sól (g) 4,52 Sód (mg) 1810,19 |

*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)