

29.03.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb Graham 100g (1) Masło extra10g (7) Jajko 50g (3) Włoszczyzna/parze 80g (9)	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb Graham 100g (1) Masło extra10g (7) Jajko 50g (3) Włoszczyzna/parze 80g (9)	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra10g (7) Jajko faszerowane 50g (3,7) Włoszczyzn/parze 80g(9)	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna b/c 250 ml Chleb Graham 100g (1) Masło extra10g (7) Jajko 50g (3) Włoszczyzna/parze 80g(9)
	II ŚN		Dzieci- płatki owsiane na mleku 330ml(1,7)		C5,C6-płatki owsiane na mleku 330ml(1,7)
	Obiad	Zupa kminkowa z tartym ciastem 330ml (1,3,7) Ziemniaki z koperkiem 180g Filet z indyka duszony 90g Sos ziołowy 100ml (1,7) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kminkowa z tartym ciastem 330 ml (1,3,7) Ziemniaki z koperkiem 180g Filet z indyka duszony 90g Sos ziołowy 100ml (1,7) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kminkowa z tartym ciastem 330 ml(1,3,7) Ziemniaki z koperkiem 180g Filet z indyka gotowany 90g Buraczki/ciepło 150g(1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kminkowa z tartym ciastem 330ml (1,3,7) Ziemniaki z koperkiem 180g Filet z indyka duszony 90g Sos ziołowy 100ml (1,7) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Smoothie owocowe 150g(jabłko, porzeczka)		C5,C6-Smoothie owocowe 150g(jabłko, porzeczka)
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250ml (7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa drobiowa podsuszana 30g Ser biały z pietruszką z.50g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowe (jabłko, porzeczka) 150g	Herbata czarna z/c 250ml (7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa drobiowa podsuszana 30g Ser biały z pietruszką z.50g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g(jabłko, porzeczka)	Herbata czarna z/c 250ml (7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa drobiowa podsuszana 30g Ser biały z pietruszką z.50g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g(jabłko, porzeczka)	Herbata czarna b/c 250ml (7) C3,C5: Chleb Graham 100 g(1) C4, C6: Chleb Graham 70g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa drobiowa podsuszana 30g Ser biały z pietruszką z .50g(7) Sałata z.10g C3, C4: Smoothie owocowe 150g(jabłko, porzeczka)
	PN				C4, C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Wędlina 20g

Wartość energetyczna (kcal) 1895,58 Białko ogółem (g) 80,17 Tłuszcz (g) 57,90 KT nasycone (g) 21,83 Węglowodany ogółem (g) 276,65 Cukry (g) 73,07 Błonnik (g) 26,32 Sól (g) 4,54 Sód(mg) 1814,93	Wartość energetyczna (kcal) 1895,58 Białko ogółem (g) 80,17 Tłuszcz (g) 57,90 KT nasycone (g) 21,83 Węglowodany ogółem (g) 276,65 Cukry (g) 73,07 Błonnik (g) 26,32 Sól (g) 4,54 Sód(mg) 1814,93	Wartość energetyczna (kcal) 1807,25 Białko ogółem (g) 79,06 Tłuszcz (g) 46,77 KT nasycone (g) 20,98 Węglowodany ogółem (g) 280,78 Cukry(g) 78,60 Błonnik (g) 26,05 Sól (g) 5,13 Sód(mg) 2051,08	Wartość energetyczna (kcal) 1825,24 Białko ogółem (g) 85,24 Tłuszcz (g) 64,60 KT nasycone (g) 25,82 Węglowodany ogółem (g) 240,57 Cukry(g) 42,20 Błonnik (g) 30,02 Sól (g) 4,87 Sód(mg) 1947,38
--	--	---	---

*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)