

		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
02.04.2026r.	Śniadanie	Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek ze szpinakiem 70g(7) Rzodkiewka 60g Sałata z.10g Jabłko 150g	Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g(7) Twarożek ze szpinakiem 70g(7) Sałata z.10g Jabłko pieczone 150g	Herbata czarna z/c 250ml (7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek ze szpinakiem 70g(7) Sałata z.10g Jabłko pieczone 150g	Herbata czarna b/c 250ml (7) Chleb Graham 100g(1) Twarożek ze szpinakiem 70g(7) Sałata z.10g Jabłko pieczone 150g
	II		Dzieci- Jabłko pieczone 150g		C5,C6-Jabłko pieczone 150g
	Obiad	Zupa dyniowa z makaronem 330g (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g(1) Filet duszony 90 g Sos 100ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa dyniowa z makaronem 330g (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g(1) Filet duszony 90 g Sos 100ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa dyniowa z makaronem 330g (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g(1) Filet gotowany 90 g Sos jarzynowy 100ml(1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa dyniowa z makaronem 330g (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g(1) Filet duszony 90 g Sos 100ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g 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) Sałatka śledziowa z papryką i ogórkiem 120g (4) Sałata z.10	Kawa z mlekiem z/c 250ml(1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałata z.10g Marchew/parze 50g	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałata z.10g Marchew/parze 50g	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) Szynka gotowana 40g Sałata z.10g Marchew/parze 50g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Szynka gotowana 20g

Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 1956,01	Wartość energetyczna (kcal) 1822,91	Wartość energetyczna (kcal) 1803,63	Wartość energetyczna (kcal) 1842,27
	Białko ogółem (g) 86,01	Białko ogółem (g) 76,72	Białko ogółem (g) 79,61	Białko ogółem (g) 84,27
	Tłuszcz (g) 67,13	Tłuszcz (g) 57,68	Tłuszcz (g) 45,74	Tłuszcz (g) 66,89
	KT nasycone (g) 23,63	KT nasycone (g) 21,63	KT nasycone (g) 22,00	KT nasycone (g) 25,85
	Węglowodany ogółem (g) 263,18	Węglowodany ogółem (g) 260,80	Węglowodany ogółem (g) 280,18	Węglowodany ogółem (g) 239,93
	Cukry (g) 63,76	Cukry (g) 61,68	Cukry(g) 73,66	Cukry(g) 33,82
	Błonnik (g) 22,06	Błonnik (g) 22,73	Błonnik (g) 22,65	Błonnik (g) 28,39
Sól (g) 6,66	Sól (g) 4,31	Sól (g) 5,00	Sól (g) 4,97	
Sód(mg) 2662,91	Sód(mg) 1725,11	Sód(mg) 2002,64	Sód(mg) 1987,59	

*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)