

		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
08.04.2026r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku na mleku 330ml (1,7) Herbata z/c 250ml Chleb Graham 100g(1) Masło 82%tł 10g(7) Pasta jajeczna z koperkiem 70g(3,7) Mix sałat z pomidorem 40g	Płatki owsiane na mleku na mleku 330ml (1,7) Herbata z/c 250ml Chleb Graham 100g(1) Masło 82%tł 10g(7) Pasta jajeczna z koperkiem 70g(3,7) Mix sałat z pomidorem 40g	Płatki owsiane na mleku na mleku 330ml (1,7) Herbata z/c 250ml Chleb pszenny 100g(1) Masło 82%tł 10g(7) Pasta z białek, sera białego z koperkiem 70g(3,7) Mix sałat z pomidorem b/skórki 40g	C3,C4-Płatki owsiane na mleku na mleku 330ml (1,7) Herbata z/c 250ml Chleb Graham 100g(1) Masło 82%tł 10g(7) Pasta jajeczna z koperkiem 70g(3,7) Mix sałat z pomidorem 40g
	II ŚN		Dzieci- Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)		C5,C6- Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)
	Obiad	Krupnik 330ml (1,7,9) Zapiekanka makaronowa ze szpinakiem, kurczakiem i serem żółtym 300 g (1,3,7) Surówka z marchewki i chrzanu 100g(7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Krupnik 330ml (1,7,9) Zapiekanka makaronowa ze szpinakiem, kurczakiem i serem żółtym 300 g (1,3,7) Surówka z marchewki i jabłka 100g(7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Krupnik 330ml (1,7,9) Zapiekanka makaronowa z włoszczyzną i kurczakiem 300 g (1,3,7,9) Surówka z marchewki i jabłka 100g(7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Krupnik 330ml (1,7,9) Zapiekanka makaronowa ze szpinakiem i kurczakiem 300 g (1,3,7) Surówka z marchewki i jabłka 100g(7) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci – kisiel 150g		C5, C6- kisiel 150g
	Kolacja I/II	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Galaretka drobiowa 80g(9) Cytryna 30g Sałata z.10g	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Galaretka drobiowa 80g(9) Cytryna 30g Sałata z.10g	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Galaretka drobiowa 80g(9) Cytryna 30g Sałata z.10g	Kawa z mlekiem b/c 250ml (1,7) C3,C5-Chleb Graham 100g (1) C4,C6-Chleb Graham 70g Masło ekstra 10g (7) Galaretka drobiowa 80g(9) Cytryna 30g Sałata z.10g
	PN				C4,C6:Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g (7) Wędlina 20g

Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2193,92	Wartość energetyczna (kcal) 2127,36	Wartość energetyczna (kcal) 2040,09	Wartość energetyczna (kcal) 1952,73
	Białko ogółem (g) 100,81	Białko ogółem (g) 95,32	Białko ogółem (g) 83,48	Białko ogółem (g) 95,12
	Tłuszcz (g) 65,75	Tłuszcz (g) 60,18	Tłuszcz (g) 51,91	Tłuszcz (g) 60,48
	KT nasycone (g) 30,02	KT nasycone (g) 26,66	KT nasycone (g) 22,34	KT nasycone (g) 26,96
	Węglowodany ogółem (g) 314,52	Węglowodany ogółem (g) 315,49	Węglowodany ogółem (g) 323,53	Węglowodany ogółem (g) 272,96
	Cukry (g) 71,74	Cukry (g) 73,57	Cukry(g) 76,22	Cukry(g) 36,44
	Błonnik (g) 28,91	Błonnik (g) 28,23	Błonnik (g) 26,50	Błonnik (g) 31,93
	Sól (g) 5,05	Sól (g) 4,71	Sól (g) 4,19	Sól (g) 4,66
	Sód(mg) 2021,19	Sód(mg) 1886,14	Sód(mg) 1677,92	Sód(mg) 1866,77

\*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)