

		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
17.04.2026r.	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- Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)		C5,C6- Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z ziołami i pietruszką 70g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z ziołami i pietruszką 70g (7) Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z ziołami i pietruszką 70g (7) Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g(jabłko, porzeczka)	Herbata czarna b/c 250 ml C3, C4: Chleb Graham 100g (1) C5, C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z ziołami i pietruszką 70g (7) Sałata z.10g C3,C4: Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)
	PN				C4, C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Szynka gotowana 20g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 1979,75 Białko ogółem (g) 74,64 Tłuszcz (g) 66,87 KT nasycone (g) 23,38 Węglowodany ogółem (g) 284,40 Cukry(g) 66,03 Błonnik (g) 28,32 Sól (g) 4,66 Sód (mg) 1885,36	Wartość energetyczna (kcal) 1827,61 Białko ogółem (g) 74,36 Tłuszcz (g) 58,83 KT nasycone (g) 22,32 Węglowodany ogółem (g) 263,49 Cukry(g) 63,09 Błonnik (g) 26,05 Sól (g) 4,72 Sód (mg) 1887,56	Wartość energetyczna (kcal) 1828,87 Białko ogółem (g) 81,35 Tłuszcz (g) 52,64 KT nasycone (g) 22,10 Węglowodany ogółem (g) 268,68 Cukry (g) 63,76 Błonnik (g) 21,37 Sól (g) 4,78 Sód (mg) 1910,98	Wartość energetyczna (kcal) 1803,21 Białko ogółem (g) 83,65 Tłuszcz (g) 66,57 KT nasycone (g) 26,88 Węglowodany ogółem (g) 233,00 Cukry (g) 36,25 Błonnik (g) 31,09 Sól (g) 5,13 Sód (mg) 2052,99

*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)