

		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
22.04.2026r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 80g(3,7,9)	Płatki owsiane na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	C3,C4: Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna b/c 250ml Chleb Graham 100 g(7) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)
	II ŚN		Dzieci- płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)		C5,C6: płatki owsiane na mleku 330ml(1,7)
		Zupa rosółowa z kaszą pęczak 330ml (1,7,9) Kluski śląskie ze szpinakiem (1,3,7) Sos mięsny 150ml (1,7) Surówka z selera i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa rosółowa z kaszą jęczmienną 330ml (1,7,9) Kluski śląskie ze szpinakiem (1,3,7) Sos mięsny 150ml (1,7) Surówka z selera i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa rosółowa z kaszą jęczmienną 330ml (1,7,9) Kluski śląskie ze szpinakiem (1,3,7) Sos mięsny 150ml (1,7) Surówka z selera i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa rosółowa z kaszą pęczak 330ml (1,7,9) Kluski śląskie ze szpinakiem (1,3,7) Sos mięsny 150ml (1,7) Surówka z selera i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Jabłko pieczone 150g		C5,C6-Jabłko pieczone 150g
	Kolacja I/II	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Pasta jajeczna z rybą konserwową i szczypiorkiem 70g(3,4,7) Sałata zielona 10g Ogórek świeży 50g Jabłko 150g	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Pasta jajeczna z koperkiem 70g(3,7,9) Sałata zielona 10g Jabłko pieczone 150g	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł 10g (7) Pasta z białek, sera białego z koperkiem 70g(2,7,9) Sałata zielona 10g Jabłko pieczone 150g	Kakao b/c 250 ml(1,7) C3, C5: Chleb Graham 100g (1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Pasta jajeczna z koperkiem 70g(3,7,9) Sałata zielona 10g Ogórek świeży 50g C3, C4: Jabłko pieczone 150g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł.5g(7) Ser biały 40g (7)
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2240,40 Białko ogółem (g) 86,29 Tłuszcz (g) 64,32 KT nasycone (g) 28,23 Węglowodany ogółem (g) 345,05 Cukry (g) 76,49 Błonnik (g) 30,95 Sól (g) 4,84 Sód(mg) 1935,49	Wartość energetyczna (kcal) 2202,24 Białko ogółem (g) 81,08 Tłuszcz (g) 64,72 KT nasycone (g) 29,64 Węglowodany ogółem (g) 339,38 Cukry (g) 75,77 Błonnik (g) 30,10 Sól (g) 4,79 Sód(mg) 1916,46	Wartość energetyczna (kcal) 2134,66 Białko ogółem (g) 82,04 Tłuszcz (g) 53,73 KT nasycone (g) 24,47 Węglowodany ogółem (g) 344,55 Cukry (g) 75,50 Błonnik (g) 26,38 Sól (g) 4,87 Sód (mg) 1949,58	Wartość energetyczna (kcal) 2023,66 Białko ogółem (g) 78,05 Tłuszcz (g) 60,00 KT nasycone (g) 26,67 Węglowodany ogółem (g) 310,50 Cukry(g) 40,32 Błonnik (g) 34,82 Sól (g) 4,68 Sód(mg) 1872,34

\*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)