

16.05.2026r.

	Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<b>Sniadanie</b>	Kakao z/c 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa z groszkiem 80g(3,7,9)	Kakao z/c 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Kakao z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Kakao b/c 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)
<b>II ŚN</b>		Dzieci- galaretka owocowa		C5,C6- kefir 150ml(7)
<b>Obiad</b>	Zupa koperkowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Ryż z pietruszką z. 180g Potrawka z kurczaka z jarzynami 150g (1,7,9) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Ryż z pietruszką z. 180g Potrawka z kurczaka z jarzynami 150g (1,7,9) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Ryż z pietruszką z. 180g Potrawka z kurczaka z jarzynami 150g (1,7,9) Marchew plastry/parze 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Ryż z pietruszką z. 180g Potrawka z kurczaka z jarzynami 150g (1,7,9) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
<b>PD</b>		Dzieci: Mus owocowy 100g		C5,C6:Mus owocowy 100g
<b>Kolacja /II</b>	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł 10g(7) Pasta serowo- jajeczna z pietruszką z. 70g(3,7) Sałata z.10g Papryka świeża 50g Mus owocowy 100g(jabłko, porzeczka)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł 10g(7) Pasta serowo- jajeczna z pietruszką z. 70g(3,7) Sałata z.10g Mus owocowy 100g(jabłko, porzeczka)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł 10g(7) Pasta z białek, sera białego i pietruszki z. 70g(3,7) Sałata z.10g Mus owocowy 100g(jabłko, porzeczka)	Herbata czarna b/c 250 ml C3, C5: Chleb Graham 100g (1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 82% tł 10g(7) Pasta serowo-jajeczna z pietruszką z. 70g(3,7) Sałata z.10g Papryka świeża 50g C3,C4: mus owocowy 100g(jabłko, porzeczka)
<b>PN</b>				C4,C6-Chleb Graham 30g(1) Masło 82% tł(7) Ser biały 40g(70)
<b>Wartości odżywcze</b>	<b>Wartość energetyczna (kcal) 2178,58</b> Białko ogółem (g) 92,72 Tłuszcz (g) 66,26 KT nasycone (g) 27,77 Węglowodany ogółem (g) 317,98 Cukry(g) 75,09 Błonnik (g) 29,39 Sól (g) 4,91 Sód (mg) 1963,53	<b>Wartość energetyczna (kcal) 2065,08</b> Białko ogółem (g) 87,86 Tłuszcz (g) 66,28 KT nasycone (g) 24,17 Węglowodany ogółem (g) 292,46 Cukry(g) 59,88 Błonnik (g) 25,46 Sól (g) 4,63 Sód (mg) 1850,74	<b>Wartość energetyczna (kcal) 1979,76</b> Białko ogółem (g) 87,71 Tłuszcz (g) 52,74 KT nasycone (g) 22,64 Węglowodany ogółem (g) 301,60 Cukry (g) 63,02 Błonnik (g) 24,62 Sól (g) 4,92 Sód (mg) 1970,44	<b>Wartość energetyczna (kcal) 1895,29</b> Białko ogółem (g) 87,77 Tłuszcz (g) 64,70 KT nasycone (g) 26,29 Węglowodany ogółem (g) 255,37 Cukry (g) 30,29 Błonnik (g) 29,44 Sól (g) 4,57 Sód (mg) 1828,67

\*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)