

		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
20.05.2026r.	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 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) Kopytka (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) Kopytka (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) Kopytka (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) Kopytka (1,3,7) Sos mięsny 150ml (1,7) Surówka z selera i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Smoothie owocowo-warzywne 150ml (jabłko, burak)		C5,C6-Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko, burak)
	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 Papryka kons. 50g Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, burak)	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70g(3,7,9) Sałata zielona 10g Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, burak)	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł 10g (7) Pasta z białek, sera białego ze szpinakiem 70g(2,7,9) Sałata zielona 10g Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, burak)	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 ze szpinakiem 70g(3,7,9) Sałata zielona 10g C3, C4:Smoothie owocowo-warzywne 150g(jabłko, burak)
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł.5g(7) Ser biały 40g (7)
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2239,91 Białko ogółem (g) 86,56 Tłuszcz (g) 64,91 KT nasycone (g) 28,36 Węglowodany ogółem (g) 343,51 Cukry (g) 73,50 Błonnik (g) 31,27 Sól (g) 5,21 Sód(mg) 2084,10	Wartość energetyczna (kcal) 2159,51 Białko ogółem (g) 79,87 Tłuszcz (g) 61,95 KT nasycone (g) 28,29 Węglowodany ogółem (g) 335,97 Cukry (g) 72,90 Błonnik (g) 29,70 Sól (g) 4,77 Sód(mg) 1907,56	Wartość energetyczna (kcal) 2073,01 Białko ogółem (g) 81,94 Tłuszcz (g) 53,54 KT nasycone (g) 24,45 Węglowodany ogółem (g) 328,88 Cukry (g) 61,62 Błonnik (g) 24,82 Sól (g) 4,89 Sód (mg) 1956,15	Wartość energetyczna (kcal) 1994,49 Białko ogółem (g) 76,84 Tłuszcz (g) 58,99 KT nasycone (g) 26,39 Węglowodany ogółem (g) 306,41 Cukry(g) 37,28 Błonnik (g) 34,24 Sól (g) 4,66 Sód(mg) 1863,19

*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)