

29.05.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Sałata z.10g Ogórek świeży 60g	Płatki owsiane na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Włoszczyzna/ brokułem na parze 60g(9)	Płatki owsiane 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) Włoszczyzna/brokułem na parze 60g(9)	C3,C4: Płatki owsiane na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna b/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g ogórek świeży 60g
	II ŚN		Dzieci- Płatki owsiane na mleku 330ml(1,7)		C5,C6-Płatki owsiane na mleku 330ml(1,7)
	Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Ryba smażona 100g(1,3,4) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką świeżą i ogórkiem 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Ryba/parze 100g((4) Sos koperkowy 100ml(1,7) Sałatka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Ryba/parze 100g((4) Sos koperkowy 100ml(1,7) Sałatka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Ryba/parze 100g((4) Sos koperkowy 100ml(1,7) Sałatka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- jabłko pieczona 150g		C5,C6- jabłko pieczone 150g
	Kolacja I/II	Herbata z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70g Sałata z.10g Jabłko 150g	Herbata z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z koperkiem 70g Sałata z.10g Jabłko pieczone 150g	Herbata z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z koperkiem 70g Sałata z.10g Jabłko pieczone 150g	Herbata b/c 250 ml (1,7) C3, C%: Chleb Graham 100g (1) C\$, C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z koperkiem 70g(7) Sałata z.10g C3,C4-Jabłko pieczone 150g
	PN				C4, C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Wędliina 20g

Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2035,36 Białko ogółem (g) 81,08 Tłuszcz (g) 66,01 KT nasycone (g) 22,96 Węglowodany ogółem (g) 292,74 Cukry (g) 65,92 Błonnik (g) 27,03 Sól (g) 3,74 Sód(mg) 1495,02	Wartość energetyczna (kcal) 1899,51 Białko ogółem (g) 75,25 Tłuszcz (g) 59,16 KT nasycone (g) 22,19 Węglowodany ogółem (g) 279,62 Cukry (g) 73,85 Błonnik (g) 26,18 Sól (g) 3,27 Sód(mg) 1307,69	Wartość energetyczna (kcal) 1910,01 Białko ogółem (g) 82,63 Tłuszcz (g) 53,05 KT nasycone (g) 21,99 Węglowodany ogółem (g) 287,01 Cukry(g) 75,65 Błonnik (g) 22,48 Sól (g) 3,37 Sód(mg) 1347,35	Wartość energetyczna (kcal) Białko ogółem (g) Tłuszcz (g) KT nasycone (g) Węglowodany ogółem (g) Błonnik (g) Sól (g)	Wartość energetyczna (kcal) 1802,93 Białko ogółem (g) 78,79 Tłuszcz (g) 66,37 KT nasycone (g) 25,43 Węglowodany ogółem (g) 237,32 Cukry(g) 36,76 Błonnik (g) 29,88 Sól (g) 3,55 Sód(mg) 1419,71

*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)