EXPERT CATERING

SOBOTA 16.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z indyka 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z indyka 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z indyka 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z indyka 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z indyka 20g** **Ser żółty** *(zawiera 7mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Szynka z indyka 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Burak gotowany 50g**	**Burak gotowany 50g**	**Burak gotowany 50g**	**Burak gotowany 50g**	**Burak gotowany 50g**	**Burak gotowany 50g**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasztet z żurawiną** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **60g**		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Wątróbka z pieczonym jabłkiem i cebulką 150g** **Ziemniaki 200g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **1szt** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Wątróbka z pieczonym jabłkiem i cebulką 150g** **Ziemniaki 200g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **1szt** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Filet z kurczaka w sosie jogurtowym** *(zawiera 7 mleko)* **150g** **Ziemniaki 200g** **Bakłażan na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Wątróbka z pieczonym jabłkiem i cebulką 150g** **Ziemniaki 200g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **1szt** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Filet z kurczaka w sosie jogurtowym** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Ziemniaki 100g** **Bakłażan na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Filet z kurczaka w sosie jogurtowym** *(zawiera 7 mleko)* **150g** **Ziemniaki 200g** **Bakłażan na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*

	Masło 82% tłuszczu 15g *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **60g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Wędlina miodowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **40g** **Wędlina miodowa 20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Wędlina miodowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1974** **B:87** **T:72** **W:262** **NKT:31** **C:56** **Bł:32** **S:6**	**Energia:2047** **B:88** **T:71** **W:281** **NKT:29** **C:43** **Bł:36** **S:6**	**Energia:2028** **B:88** **T:70** **W:273** **NKT:31** **C:56** **Bł:24** **S:6**	**Energia:2022** **B:91** **T:72** **W:267** **NKT:32** **C:60** **Bł:32** **S:6**	**Energia:1593** **B:65** **T:62** **W:205** **NKT:29** **C:41** **Bł:23** **S:3**	**Energia:1954** **B:88** **T:72** **W:258** **NKT:30** **C:56** **Bł:32** **S:6**

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 17.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250 ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250 ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1 szt.**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z kalafiora z oliwą 60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **250 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 100g** **Ziemniaki 100g** **Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)*			**Ciasto** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7*	

		100ml			*mleko)* **50g**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka beskidzka 20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1949** **B:85** **T:68** **W:261** **NKT:28** **C:47** **Bł:27** **S:5**	**Energia:2018** **B:90** **T:65** **W:285** **NKT:26** **C:42** **Bł:39** **S:5**	**Energia:1949** **B:85** **T:68** **W:269** **NKT:29** **C:48** **Bł:24** **S:5**	**Energia:2031** **B:89** **T:70** **W:275** **NKT:29** **C:57** **Bł:31** **S:5**	**Energia:1518** **B:59** **T:55** **W:207** **NKT:25** **C:41** **Bł:24** **S:2**	**Energia:1929** **B:85** **T:68** **W:257** **NKT:28** **C:47** **Bł:27** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

PONIEDZIAŁEK 18.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki owsiane na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 20g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Smoothie malinowe na bazie kefiru** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Potrawka drobiowa z marchewką i groszkiem 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Potrawka drobiowa z marchewką i groszkiem 200g** **Ryż brązowy 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Potrawka drobiowa z marchewką 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Potrawka drobiowa z marchewką i groszkiem 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Potrawka drobiowa z marchewką 150g** **Ryż biały 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Potrawka drobiowa z marchewką 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Smoothie malinowe na bazie kefiru** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Smoothie malinowe na bazie kefiru** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	

KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab pieczony 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab pieczony 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab pieczony 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab pieczony 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Schab pieczony 20g** **Pomidor 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab pieczony 40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1949** **B:85** **T:68** **W:261** **NKT:28** **C:47** **Bł:27** **S:5**	**Energia:2018** **B:90** **T:65** **W:285** **NKT:26** **C:42** **Bł:39** **S:5**	**Energia:1949** **B:85** **T:68** **W:269** **NKT:29** **C:48** **Bł:24** **S:5**	**Energia:2031** **B:89** **T:70** **W:275** **NKT:29** **C:57** **Bł:31** **S:5**	**Energia:1518** **B:59** **T:55** **W:207** **NKT:25** **C:41** **Bł:24** **S:2**	**Energia:1929** **B:85** **T:68** **W:257** **NKT:28** **C:47** **Bł:27** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 19.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **20g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* *)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Szynka z warzywami 60g**		**Serek Bieluch z pestkami słonecznika** *(zawiera 7 mleko)* **130g**		
OBIAD	**Krupnik na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Stek wieprzowy okraszony cebulką** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka szwedzka 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Stek wieprzowy okraszony cebulką** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka szwedzka 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Stek drobiowy pieczony** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Dynia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Stek wieprzowy okraszony cebulką** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka szwedzka 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **250 ml** **Stek wieprzowy pieczony** *(zawiera 3 jajko)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Dynia na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Stek wieprzowy pieczony** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Dynia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Serek Bieluch z pestkami słonecznika** *(zawiera 7 mleko)* **130g**			**Rogal maślany** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **1 szt**	

KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 20g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1970** **B:74** **T:79** **W:254** **NKT:33** **C:47** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2053** **B:86** **T:80** **W:261** **NKT:32** **C:30** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1975** **B:72** **T:79** **W:255** **NKT:32** **C:48** **Bł:23** **S:5**	**Energia:2154** **B:85** **T:92** **W:259** **NKT:39** **C:51** **Bł:27** **S:6**	**Energia:1510** **B:50** **T:61** **W:191** **NKT:27** **C:39** **Bł:20** **S:3**	**Energia:1912** **B:75** **T:79** **W:250** **NKT:33** **C:44** **Bł:26** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 20.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta mięsna z brokułem** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta mięsna z brokułem** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta mięsna z brokułem** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Ser lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta mięsna z brokułem** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta mięsna z brokułem** *(zawiera 3 jajko)* **20g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **30g** **Sałata 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta mięsna z brokułem** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Twarożek z rzodkiewką** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Twarożek z rzodkiewką** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Placki na słodko z polewą owocową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Kaszotto warzywne 400g** *(kasza, pomidory, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, pieczarki, papryka, ciecierzyca)* **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kartoflanka na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kaszotto warzywne 400g** *(kasza, pomidory, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, pieczarki, papryka, ciecierzyca)* **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Placki na słodko z polewą owocową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kartoflanka na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Placki na słodko z polewą owocową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kartoflanka na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Placki na słodko z polewą owocową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7*			**Twarożek z rzodkiewką** *(zawiera 7*	

		mleko) **100ml**			*mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Filet złocisty 40g** **Pasta warzywna 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Filet złocisty 40g** **Pasta warzywna 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Filet złocisty 40g** **Pasta warzywna 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Filet złocisty 40g** **Pasta warzywna 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Filet złocisty 20g** **Pasta warzywna 20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Filet złocisty 40g** **Pasta warzywna 40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2041** **B:70** **T:80** **W:262** **NKT:37** **C:57** **Bł:23** **S:5**	**Energia:2024** **B:79** **T:79** **W:265** **NKT:30** **C:39** **Bł:39** **S:5**	**Energia:1834** **B:68** **T:69** **W:250** **NKT:25** **C:48** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2162** **B:84** **T:86** **W:267** **NKT:40** **C:59** **Bł:24** **S:5**	**Energia:1585** **B:61** **T:69** **W:210** **NKT:35** **C:45** **Bł:19** **S:4**	**Energia:2040** **B:71** **T:81** **W:261** **NKT:37** **C:59** **Bł:25** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

CZWARTEK 21.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus z pomidorami** *(zawiera 6 soja)* **40g Szynka drobiowa 40g Rzodkiewka 50g Rucola 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus z pomidorami** *(zawiera 6 soja)* **40g Szynka drobiowa 40g Rzodkiewka 50g Rucola 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus z pomidorami** *(zawiera 6 soja)* **40g Szynka drobiowa 40g Pomidor 50g Rucola 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus z pomidorami** *(zawiera 6 soja)* **40g Szynka drobiowa 40g Rzodkiewka 50g Rucola 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus z pomidorami** *(zawiera 6 soja)* **20g Szynka drobiowa 20g Rzodkiewka 30g Rucola 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus z pomidorami** *(zawiera 6 soja)* **40g Szynka drobiowa 40g Rzodkiewka 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **50g** **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 ryba)* **60g**		**Budyń waniliowy bez dodatku cukru (***zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Duszony schab w sosie pieczeniowym 120g Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Duszony schab w sosie pieczeniowym 120g Ryż brązowy 200g Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Duszony filet z indyka w sosie jogurtowym** *(zawiera 7mleko)* **120g Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g Buraczki na ciepło 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Duszony schab w sosie pieczeniowym 120g Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **250 ml** **Duszony filet z indyka w sosie jogurtowym** *(zawiera 7 mleko)* **80g Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **100g Surówka z buraczków 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Duszony filet z indyka w sosie jogurtowym** *(zawiera 7 mleko)* **120g Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100 ml**			**Budyń waniliowy bez dodatku cukru (***zawiera 7 mleko)* **150g**	

KOLACJA	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 40g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2096** **B:90** **T:76** **W:278** **NKT:29** **C:59** **Bł:33** **S:5**	**Energia:2128** **B:95** **T:79** **W:280** **NKT:27** **C:48** **Bł:37** **S:5**	**Energia:2001** **B:80** **T:69** **W:275** **NKT:28** **C:62** **Bł:25** **S:5**	**Energia:2172** **B:94** **T:78** **W:290** **NKT:30** **C:67** **Bł:33** **S:5**	**Energia:1560** **B:60** **T:59** **W:197** **NKT:20** **C:40** **Bł:21** **S:3**	**Energia:2062** **B:88** **T:73** **W:278** **NKT:28** **C:59** **Bł:33** **S:5**

MEDINET

PIĄTEK 22.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **20g** **Pomidor 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten - pszenica)* **Hummus** *(zawiera 6 sezam)* **60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Brokułowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Panierowana ryba** *(zawiera 1gluten ,3 jajko,4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kiszonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Pieczona ryba** *(zawiera 4 rybę* **) 80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kiszonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Pieczona ryba** *(zawiera 4 rybę* **80g** **Ziemniaki 200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Panierowana ryba** *(zawiera 1gluten ,3 jajko,4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kiszonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Pieczona ryba** *(zawiera 4 rybę)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Cukinia na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kalafiorowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Panierowana ryba** *(zawiera 1gluten ,3 jajko,4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Kisiel b/c 150 ml**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Serek jogurtowy** (*zawiera 7* mleko) **40g** **Ogórek zielony 50g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Serek jogurtowy** (*zawiera 7* mleko) **40g** **Ogórek zielony 50g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Serek jogurtowy** (*zawiera 7* mleko) **40g** **Pomidor 50g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Serek jogurtowy** (*zawiera 7* mleko) **40g** **Ogórek zielony 50g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 20g** **Serek jogurtowy** (*zawiera 7* mleko) **20g** **Ogórek zielony 30g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Serek jogurtowy** (*zawiera 7* mleko) **40g** **Papryka 50g**

	Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml
WYLICZENIA	Energia:1964 B:78 T:85 W:234 NKT:29 C:50 Bł:25 S:5	Energia:2001 B:82 T:82 W:235 NKT:29 C:39 Bł:35 S:5	Energia:1920 B:70 T:75 W:240 NKT:29 C:53 Bł:21 S:5	Energia:2050 B:80 T:87 W:240 NKT:30 C:57 Bł:25 S:5	Energia:1501 B:56 T:55 W:202 NKT:25 C:40 Bł:19 S:5	Energia:1960 B:78 T:85 W:230 NKT:29 C:50 Bł:25 S:5

EXPERT CATERING

EXPERT CATERING

SOBOTA 23.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta z ciecierzycy** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta z ciecierzycy** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta z ciecierzycy** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta z ciecierzycy** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kurczak gotowany 20g** **Pasta z ciecierzycy** *(zawiera 3 jajko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta z ciecierzycy** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soja)* **60g**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**		
OBIAD	**Ryżanka na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kotlet ziemniaczany z sosem pieczarkowym** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **2szt/80ml** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kotlet ziemniaczany z sosem pieczarkowym** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **2szt/80ml** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Pieczony kotlet ziemniaczany z sosem jasnym z koperkiem** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **2szt/80ml** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kotlet ziemniaczany z sosem pieczarkowym** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **2szt/80ml** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **250 ml** **Pieczony kotlet ziemniaczany z sosem jasnym z koperkiem** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **2szt/50ml** **Marchew na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Pieczony kotlet ziemniaczany z sosem jasnym** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **2szt/80ml** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**			**Mus owocowy 100g**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7*	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**

	15g *(zawiera 7 mleko)* **Serek śmietankowy** *(zawiera 7mleko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek śmietankowy** *(zawiera 7mleko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek śmietankowy** *(zawiera 7mleko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Serek śmietankowy** *(zawiera 7mleko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Serek śmietankowy** *(zawiera 7mleko)* **20g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek śmietankowy** *(zawiera 7mleko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1974** **B:67** **T:71** **W:255** **NKT:35** **C:46** **Bł:30** **S:5**	**Energia:2055** **B:75** **T:79** **W:260** **NKT:35** **C:39** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1950** **B:66** **T:67** **W:240** **NKT:35** **C:50** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2090** **B:70** **T:81** **W:264** **NKT:35** **C:47** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1512** **B:55** **T:59** **W:200** **NKT:25** **C:40** **Bł:20** **S:**	**Energia:1950** **B:67** **T:71** **W:249** **NKT:35** **C:46** **Bł:30** **S:5**

EXPERT CATERING

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 24.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1gluten owies,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1gluten owies,7 mleko)* **Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1gluten owies,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki owsiane na mleku 250ml** *(zawiera 1gluten owies,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1gluten owies,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Bieluch ze słonecznikiem** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Bieluch ze słonecznikiem** *(zawiera 7 mleko)* **100g**		
OBIAD	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Zraz w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Zraz w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Zraz w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Zraz w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **250 ml** **Zraz w sosie ciemnym 80g** **Ziemniaki 100g** **Warzywa na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Zraz w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Ciasto** *(zawiera 1,3)* **60g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb pszenny 100g**

	(zawiera 1 gluten pszenica) **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g Papryka 50 Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Pasta warzywna 40g Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g Papryka 50 Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g Pomidor 50g Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g Papryka 50 Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 20g Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **20g Papryka 30g Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2026 B:88 T:62 W:264 NKT:34 C:55 Bł:30 S:6**	**Energia: 2099 B:90 T:60 W:285 NKT:31 C:45 Bł:36 S:6**	**Energia: 1950 B:85 T:59 W:262 NKT:29 C:60 Bł:21 S:5**	**Energia: 2080 B:92 T:64 W:268 NKT:35 C:62 Bł:31 S:6**	**Energia: 1550 B:60 T:49 W:200 NKT:25 C:47 Bł:20 S:4**	**Energia: 1934 B:87 T:59 W:266 NKT:28 C:55 Bł:30 S:6**

MEDINET

PONIEDZIAŁEK 25.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Zacierka na mleku** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **350ml** **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **250ml** **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 20g** **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z białej fasoli** *(zawiera 3 majonez - jajko)* **60g**		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kociołek warzywny z pieczonymi ziemniakami 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kociołek warzywny z pieczonymi ziemniakami 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kociołek warzywny z pieczonymi ziemniakami 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kociołek warzywny z pieczonymi ziemniakami 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **250 ml** **Kociołek warzywny z pieczonymi ziemniakami 350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kociołek warzywny z pieczonymi ziemniakami 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Kiełbasa krakowska**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6*	**Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g**	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6*	**Chleb słonecznikowy 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **20g** **Szynka drobiowa 20g** **Pomidor 30g**	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera*

	(zawiera 6 soja,7mleko) **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soja,7mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soja,7mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2077** **B:85** **T:70** **W:287** **NKT:28** **C:46** **Bł:32** **S:5**	**Energia:2101** **B:84** **T:70** **W:299** **NKT:25** **C:32** **Bł:38** **S:6**	**Energia: 2032** **B:82** **T:62** **W:300** **NKT:28** **C:47** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2113** **B:89** **T:70** **W:290** **NKT:28** **C:48** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1540** **B:59** **T:50** **W:209** **NKT:24** **C:37** **Bł:20** **S:4**	**Energia: 2060** **B:83** **T:70** **W:284** **NKT:28** **C:47** **Bł:33** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 26.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1,7)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Serek grani** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Klops w sosie koperkowym 120g** **Kasza gryczana 200g** **Surówka z marchewki i selera** *(zawiera 3 majonez jajko,9 seler)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Klops w sosie koperkowym 120g** **Kasza gryczana 200g** **Surówka z marchewki i selera** *(zawiera 3 majonez jajko,9 seler)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Klops w sosie koperkowym 120g** **Kasza gryczana 200g** **Brokuł na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Klops w sosie koperkowym 120g** **Kasza gryczana 200g** **Surówka z marchewki i selera** *(zawiera 3 majonez jajko,9 seler)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **2 50 ml** **Klops w sosie koperkowym 80g** **Kasza gryczana 100g** **Surówka z marchewki i selera** *(zawiera 3 majonez jajko,9 seler)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Klops w sosie jasnym 120g** **Kasza gryczana 200g** **Surówka z marchewki i selera** *(zawiera 3 majonez jajko,9 seler)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Bułka z kruszonką** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **1 szt.**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*

	Masło 82% tłuszczu 15g *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **20g** **Indyk maślany 20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2014** **B:89** **T:77** **W:279** **NKT:24** **C:45** **Bł:32** **S:5**	**Energia:2089** **B:94** **T:80** **W:282** **NKT:24** **C:37** **Bł:38** **S:5**	**Energia:2001** **B:79** **T:75** **W:270** **NKT:24** **C:45** **Bł:29** **S:5**	**Energia: 2128** **B:93** **T:79** **W:285** **NKT:26** **C:48** **Bł:32** **S:5**	**Energia:1514** **B:52** **T:55** **W:203** **NKT:19** **C:40** **Bł:21** **S:4**	**Energia: 2011** **B:89** **T:76** **W:279** **NKT:29** **C:45** **Bł:32** **S:5**

EXPERT CATERING

ŚRODA 27.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Szpinak baby 5gg** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **20g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z soczewicy 60g**		**Koktajl truskawkowy na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Siekane kotlety z warzywami** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Siekane kotlety z warzywami** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Siekane kotlety z warzywami** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka żółta na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Siekane kotlety z warzywami** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **250 ml** **Siekane kotlety z warzywami** *(zawiera 3 jajko)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Surówka z białej kapusty z oliwą 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Siekane kotlety z warzywami** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Koktajl truskawkowy na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Koktajl truskawkowy na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **30g** **Papryka 30g** **Sałata 5g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Papryka 50g**

	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml
WYLICZENIA	Energia:2091 B:92 T:72 W:289 NKT:26 C:45 BŁ:30 S:5	Energia:2144 B:95 T:72 W:299 NKT:25 C:36 BŁ:38 S:5	Energia: 1976 B:85 T:69 W:270 NKT:25 C:48 BŁ:26 S:5	Energia:2177 B:98 T:74 W:299 NKT:26 C:55 BŁ:33 S:5	Energia: 1550 B:60 T:55 W:199 NKT:23 C:39 BŁ:23 S:4	Energia:2066 B:92 T:72 W:287 NKT:26 C:45 BŁ:30 S:5

MEDINET

EXPERT CATERING

CZWARTEK 28.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka Jana***(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka Jana***(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7mleko)* **40g** **Szynka Jana***(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka Jana***(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka Jana***(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Ogórek zielony 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka Jana***(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Szynka z warzywami 60g**		**Jogurt z nasionami chia** *(zawiera 7 mleko)* **130g**		
OBIAD	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierogi z ziemniakami i twarogiem** *(zawiera 1gluten 3 jajko)* **6szt** **Cebulka 50g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 2szt/150ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierogi z ziemniakami i twarogiem** *(zawiera 1 gluten,3jajko)* **6szt** **Jogurt** *(zawiera 7 mleko)* **50g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierogi z ziemniakami i twarogiem** *(zawiera 1 gluten,3jajko)* **6szt** **Jogurt** *(zawiera 7 mleko)* **50g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Pierogi z ziemniakami i twarogiem** *(zawiera 1 gluten,3jajko)* **4szt** **Jogurt** *(zawiera 7 mleko)* **50g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierogi z ziemniakami i twarogiem** *(zawiera 1 gluten,3jajko)* **6szt** **Jogurt** *(zawiera 7 mleko)* **50g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt z nasionami chia** *(zawiera 7 mleko)* **130g**			**Galaretka owocowa 130g**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*

	Masło 82% tłuszczu 15g *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z burakiem gotowanym, serem, mixem sałat i oliwą z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka z indyka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z burakiem gotowanym, serem, mixem sałat i oliwą z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka z indyka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z burakiem gotowanym, serem, mixem sałat i oliwą z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka z indyka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z burakiem gotowanym, serem, mixem sałat i oliwą z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka z indyka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z burakiem gotowanym, serem, mixem sałat i oliwą z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z indyka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z burakiem gotowanym, serem, mixem sałat i oliwą z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka z indyka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2018** **B:90** **T:74** **W:269** **NKT:30** **C:40** **Bł:31** **S:5**	**Energia:2100** **B:93** **T:77** **W:270** **NKT:25** **C:36** **Bł:39** **S:5**	**Energia: 1900** **B:85** **T:70** **W:275** **NKT:30** **C:49** **Bł:25** **S:5**	**Energia: 2090** **B:91** **T:77** **W:265** **NKT:25** **C:42** **Bł:32** **S:5**	**Energia:1600** **B:60** **T:55** **W:202** **NKT:25** **C:35** **Bł:20** **S:5**	**Energia: 2000** **B:90** **T:74** **W:260** **NKT:30** **C:40** **Bł:30** **S:5**

PIĄTEK 29.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Rolada ustrzycka** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina kanapkowa 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szczypiorek 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Rolada ustrzycka** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina kanapkowa 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szczypiorek 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek jourtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina kanapkowa 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Rolada ustrzycka** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina kanapkowa 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szczypiorek 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Rolada ustrzycka** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Wędlina kanapkowa 20g** **Pomidorki koktajlowe 30g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Rolada ustrzycka** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina kanapkowa 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z kalafiora 60g**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**		
OBIAD	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Penne z indykiem w sosie kremowym z brokułami** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Makaron pełnoziarnisty z indykiem w sosie kremowym z brokułami** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Penne z indykiem w sosie kremowym z brokułami** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Penne z indykiem w sosie kremowym z brokułami** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **250 ml** **Penne z indykiem w sosie kremowym z brokułami** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Penne z indykiem w sosie kremowym z brokułami** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**			**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna** *(zawiera 4 ryba)* **40g** **Schab benedykta 40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna** *(zawiera 4 ryba)* **40g** **Schab benedykta 40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Schab benedykta 40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna** *(zawiera 4 ryba)* **40g** **Schab benedykta 40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna** *(zawiera 4 ryba)* **20g** **Schab benedykta 20g** **Rzodkiewka 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna** *(zawiera 4 ryba)* **40g** **Schab benedykta 40g** **Rzodkiewka 50g**

	250ml		**250ml**			**Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2049** **B:93** **T:83** **W:247** **NKT:34** **C:57** **Bł:32** **S:5**	**Energia:2097** **B:95** **T:89** **W:266** **NKT:33** **C:45** **Bł:39** **S:5**	**Energia: 2003** **B:89** **T:78** **W:254** **NKT:31** **C:57** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2180** **B:95** **T:89** **W:255** **NKT:35** **C:60** **Bł:33** **S:5**	**Energia: 1600** **B:60** **T:68** **W:199** **NKT:29** **C:47** **Bł:25** **S:3**	**Energia: 2031** **B:93** **T:89** **W:242** **NKT:34** **C:57** **Bł:32** **S:5**

EXPERT CATERING

SOBOTA 30.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko 9 seler)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko 9 seler)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko 9 seler)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko 9 seler)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko 9 seler)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko 9 seler)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **60g**		**Serek homogenizowany** *(zawiera 7 mleko)* **100g**		
OBIAD	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Jajko sadzone** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **2szt** **Ziemniaki 200g** **Sałata z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Jajko sadzone** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **2szt** **Ziemniaki 200g** **Sałata z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Jajka w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko)* **2szt/100ml** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Jajko sadzone** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **2szt** **Ziemniaki 200g** **Sałata z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Jajko sadzone** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **2szt** **Ziemniaki 200g** **Sałata z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Jajko sadzone** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **2szt** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Serek homogenizowany** *(zawiera 7 mleko)* **100g**			**Serek homogenizowany** *(zawiera 7 mleko)* **100g**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)*	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)*

	Szynka drobiowa 40g **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka drobiowa 20g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **20g** **Papryka 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2045** **B:81** **T:85** **W:273** **NKT:30** **C:35** **Bł:30** **S:5**	**Energia:2099** **B:88** **T:87** **W:267** **NKT:32** **C:27** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1959** **B:84** **T:83** **W:246** **NKT:32** **C:40** **Bł:25** **S:5**	**Energia: 2089** **B:87** **T:86** **W:278** **NKT:34** **C:36** **Bł:31** **S:5**	**Energia:1499** **B:54** **T:59** **W:189** **NKT:26** **C:29** **Bł:24** **S:5**	**Energia:2040** **B:81** **T:85** **W:266** **NKT:30** **C:35** **Bł:30** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 31.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z białej fasolki 60g**		**Serek Bieluch z dynią i słonecznikiem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Grysikowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten,9 seler**) 350 ml** **Udko z kurczaka 1 szt** **Ziemniaki 200g** **Kalafior na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten,9 seler**) 350 ml** **Udko z kurczaka 1 szt** **Ziemniaki 200g** **Kalafior na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten,9 seler**) 350 ml** **Udko z kurczaka 1 szt** **Ziemniaki 200g** **Brokuł na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten,9 seler**) 350 ml** **Udko z kurczaka 1 szt** **Ziemniaki 200g** **Kalafior na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten,9 seler**) 250 ml** **Udko z kurczaka 1 szt** **Ziemniaki 100g** **Kalafior na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten,9 seler**) 350 ml** **Udko z kurczaka 1 szt** **Ziemniaki 200g** **Kalafior na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Serek Bieluch z dynią i słonecznikiem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Ciasto** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **40 g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*

	Masło 82% tłuszczu 15g *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 20g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2042** **B:88** **T:77** **W:261** **NKT:36** **C:46** **Bł:28** **S:6**	**Energia:2114** **B:99** **T:76** **W:276** **NKT:34** **C:36** **Bł:38** **S:6**	**Energia:2027** **B:85** **T:73** **W:269** **NKT:35** **C:56** **Bł:26** **S:6**	**Energia:2090** **B:92** **T:79** **W:266** **NKT:37** **C:50** **Bł:28** **S:6**	**Energia:1569** **B:61** **T:58** **W:219** **NKT:35** **C:40** **Bł:20** **S:4**	**Energia:2003** **B:88** **T:77** **W:258** **NKT:36** **C:46** **Bł:28** **S:6**