PIĄTEK 01.05.2026

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,7mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **80g** **Szynka drobiowa konserwowa 40g** **Pomidor 50g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten -pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **80g** **Szynka drobiowa konserwowa 40g** **Pomidor 50g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten-owies,7mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten-pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Szynka drobiowa konserwowa 40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata zielona 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)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko,7melko)* **80g** **Szynka drobiowa konserwowa 40g** **Pomidor 50g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten owies,7)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **50g** **Szynka drobiowa konserwowa 20g** **Pomidor 30g** **Rucola 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Szynka drobiowa konserwowa 40g** **Pomidor 50g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemmny,8 orzech włoski)* **30g**	**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemmny,8 orzech włoski)* **30g**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemmny,8 orzech włoski)* **30g**	**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemmny,8 orzech włoski)* **30g**	**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemmny,8 orzech włoski)* **30g**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten - pszenica)* **Pasta z awokado z dodatkiem twarogu** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1gluten,9seler)* **350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie pieczeniowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna z oliwą z oliwek 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1gluten,9seler)* **350 ml** **Polędwiczki drobiowe w sosie pieczeniowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna z oliwą z oliwek 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1gluten,9seler)* **350 ml** **Polędwiczki drobiowe w sosie pieczeniowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna z oliwą z oliwek 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1gluten,9seler)* **350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie pieczeniowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna z oliwą z oliwek 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1gluten,9seler)* **250 ml** **Polędwiczki drobiowe w sosie pieczeniowym 80g** **Ziemniaki 100g** **Surówka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1gluten,9seler)* **350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie pieczeniowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna z oliwą z oliwek 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Ciasteczka kruche** *(zawiera 1gluten – pszenica ,3 jajko)* **3szt**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab benedykta 40g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab benedykta 40g**	**Bułka weka 100g** *(zawiera 1gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab pieczony 40g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab benedykta 40g** **Rzodkiewka 50g**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Schab benedykta 20g** **Rzodkiewka 30g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab benedykta 40g**

	Rzodkiewka 50g Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Rzodkiewka 50g Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Pomidor 50g Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Rzodkiewka 50g Herbata czarna bez cukru 250ml
WYLICZENIA	Energia:2033 B:97 T:89 W:224 NKT:31 C:34 BŁ:28 S:5	Energia:2087 B:98 T:86 W:246 NKT:27 C:25 BŁ:34 S:5	Energia:1899 B:91 T:67 W:243 NKT:27 C:45 BŁ:21 S:5	Energia:2076 B:100 T:90 W:228 NKT:32 C:38 BŁ:28 S:5	Energia:1344 B:57 T:53 W:168 NKT:23 C:35 BŁ:20 S:3	Energia:2015 B:97 T:89 W:220 NKT:31 C:34 BŁ:28 S:5

EXPERT CATERING

SOBOTA 02.05.2026

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 graham 100g** *(zawiera 1 gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Pasta z białej fasolki 40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1gluten)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Pasta z białej fasolki 40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1gluten)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień,7mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Pasta z białej fasolki 40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1gluten)* **40g Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten - jęczmień,7mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Pasta z białej fasolki 40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1gluten)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten - jęczmień,7mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Pasta z białej fasolki 20g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1gluten)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten - jęczmień,7mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Pasta z białej fasolki 40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1gluten)* **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**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kaszotto kremowe z warzywami sezonowymi** *(zawiera 1gluten pszenica,7mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kaszotto kremowe z warzywami sezonowymi** *(zawiera 1gluten pszenica,7mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kaszotto kremowe z warzywami sezonowymi** *(zawiera 1gluten pszenica,7mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kaszotto kremowe z warzywami sezonowymi** *(zawiera 1gluten pszenica,7mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Kaszotto kremowe z warzywami sezonowymi** *(zawiera 1gluten pszenica,7mleko)* **350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kaszotto kremowe z warzywami sezonowymi** *(zawiera 1gluten pszenica,7mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Mus owocowy 100g**	

KOLACJA	**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** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**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** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**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** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**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** **Papryka 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**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** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1886** **B:71** **T:65** **W:281** **NKT:25** **C:44** **BŁ:37** **S:5**	**Energia:1984** **B:72** **T:68** **W:289** **NKT:23** **C:36** **BŁ:40** **S:5**	**Energia:1906** **B:71** **T:59** **W:285** **NKT:25** **C:45** **BŁ:29** **S:5**	**Energia:1934** **B:75** **T:66** **W:286** **NKT:26** **C:49** **BŁ:37** **S:5**	**Energia:1465** **B:47** **T:50** **W:220** **NKT:22** **C:47** **BŁ:29** **S:3**	**Energia:1861** **B:71** **T:65** **W:279** **NKT:25** **C:44** **BŁ:37** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 03.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki ryżowe na mleku 300ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 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,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 300ml** *(zawiera 7 mleko)* **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** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 300ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 300ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 300ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **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)* **Szynka z warzywami 60g**		**Serek Bieluch z dynią i słonecznikiem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 350 ml** **Rolada faszerowana szpinakiem w sosie jasnym** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Fasolka szparagowa z bułką tartą** *(zawiera 1 gluten)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 350 ml** **Rolada faszerowana szpinakiem w sosie jasnym** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Fasolka szparagowa z bułką tartą** *(zawiera 1 gluten)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 350 ml** **Rolada faszerowana szpinakiem w sosie jasnym** *(zawiera 3jajko)* **120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 350 ml** **Rolada faszerowana szpinakiem w sosie jasnym** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Fasolka szparagowa z bułką tartą** *(zawiera 1 gluten)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 250 ml** **Rolada faszerowana szpinakiem w sosie jasnym** *(zawiera 3 jajko)* **100g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **100g** **Fasolka szparagowa 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 350 ml** **Rolada faszerowana szpinakiem w sosie jasnym** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**

PODWIECZOREK		**Serek Bieluch z dynią i słonecznikiem** *(zawiera 7mleko)* **150g**			**Ciasto** *(zawiera 1 gluten - pszenica,3jajko)* **40 g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Filet złocisty 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten - pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Filet złocisty 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Filet złocisty 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Filet złocisty 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 20g** **Filet złocisty 20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Filet złocisty 40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2066** **B:88** **T:71** **W:279** **NKT:31** **C:57** **Bł:25** **S:5**	**Energia:2117** **B:97** **T:75** **W:284** **NKT:30** **C:45** **Bł:35** **S:5**	**Energia:2005** **B:71** **T:55** **W:261** **NKT:24** **C:42** **Bł:20** **S:5**	**Energia:2150** **B:99** **T:75** **W:278** **NKT:36** **C:63** **Bł:23** **S:5**	**Energia:1503** **B:55** **T:57** **W:198** **NKT:26** **C:39** **Bł:18** **S:4**	**Energia:2030** **B:87** **T:70** **W:272** **NKT:28** **C:58** **Bł:23** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

PONIEDZIAŁEK 04.05.2026

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,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka drobiowa 20g** **Rzodkiewka 30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 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 brokuła 60g**		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z szynki wieprzowej z warzywami sezonowymi 200g** **Kasza gryczana 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z szynki wieprzowej z warzywami sezonowymi 200g** **Kasza gryczana 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz drobiowy z warzywami sezonowymi 200g** **Kasza gryczana 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z szynki wieprzowej z warzywami sezonowymi 200g** **Kasza gryczana 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Gulasz drobiowy z warzywami sezonowymi 150g** **Kasza gryczana 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z szynki wieprzowej z warzywami sezonowymi 200g** **Kasza gryczana 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera*

	(zawiera 1 gluten pszenica) **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1988** **B:90** **T:70** **W:263** **NKT:27** **C:40** **Bł:27** **S:5**	**Energia:1995** **B:91** **T:74** **W:262** **NKT:29** **C:33** **Bł:39** **S:5**	**Energia:1949** **B:83** **T:63** **W:279** **NKT:26** **C:40** **Bł:20** **S:5**	**Energia:2071** **B:95** **T:72** **W:275** **NKT:29** **C:46** **Bł:29** **S:5**	**Energia:1547** **B:65** **T:58** **W:203** **NKT:25** **C:38** **Bł:22** **S:3**	**Energia:1950** **B:90** **T:70** **W:259** **NKT:27** **C:40** **Bł:27** **S:5**

MEDINET

WTOREK 05.05.2026

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)* **Schab pieczony 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab pieczony 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa 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)* **Schab pieczony 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa 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)* **Schab pieczony 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa 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)* **Schab pieczony 20g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa 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)* **Schab pieczony 40g** **Serek śmietankowy** *(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		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z soczewicy 60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo - warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9seler)* **350ml** **Kotlet pożarski** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **80g** **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 9seler)* **350ml** **Kotlet pożarski** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **80g** **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 9seler)* **350ml** **Kotlet pożarski pieczony** *(3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Dynia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo - warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9seler)* **350ml** **Kotlet pożarski** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **80g** **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 9seler)* **250ml** **Kotlet pożarski pieczony** *(3 jajko)* **60g** **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 9seler)* **350ml** **Kotlet pożarski pieczony** *(3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Dynia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Sałatka owocowa 60g** **Chrupki kukurydziane 15g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7*

	Masło 82% tłuszczu **15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **20g** **Szynka drobiowa 20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2054** **B:83** **T:78** **W:267** **NKT:32** **C:46** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2050** **B:86** **T:76** **W:271** **NKT:29** **C:34** **Bł:35** **S:5**	**Energia:2004** **B:80** **T:74** **W:274** **NKT:31** **C:47** **Bł:23** **S:5**	**Energia:2102** **B:87** **T:79** **W:272** **NKT:33** **C:51** **Bł:26** **S:5**	**Energia:1468** **B:54** **T:56** **W:194** **NKT:25** **C:40** **Bł:19** **S:3**	**Energia:2027** **B:84** **T:74** **W:268** **NKT:31** **C:46** **Bł:27** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 06.05.2026

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,3jajko,7 mleko)* **Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1gluten 11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,3jajko,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,3jajko,7 mleko)* **Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1gluten 11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten,3jajko,7 mleko)* **Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1gluten 11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **20g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję,7 mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,3jajko,7 mleko)* **Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1gluten 11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Warzywo do pochrupania 50g**	**Warzywo do pochrupania 50g**	**Warzywo do pochrupania 50g**	**Warzywo do pochrupania 50g**	**Warzywo do pochrupania 50g**	**Warzywo do pochrupania 50g**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Serek Bieluch z rzodkiewką** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech laskowy,8 orzech włoski)* **30g**		
OBIAD	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(pieczarki, papryka, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, pomidory)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(pieczarki, papryka, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, pomidory)* **200g** **Ryż brązowy 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(pieczarki, papryka, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, pomidory)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(pieczarki, papryka, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, pomidory)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Leczo wielowarzywne** *(pieczarki, papryka, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, pomidory)* **150g** **Ryż biały 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(pieczarki, papryka, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, pomidory)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**

PODWIECZOREK		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech laskowy,8 orzech włoski)* **30g**			**Galaretka owocowa 130g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek jogurtowy** *(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)* **Serek jogurtowy** *(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)* **Serek jogurtowy** *(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)* **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 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)* **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka beskidzka 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)* **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
	Energia:1969 **B:74** **T:71** **W:271** **NKT:29** **C:43** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2027** **B:75** **T:82** **W:267** **NKT:29** **C:31** **Bł:40** **S:5**	**Energia:1934** **B:74** **T:66** **W:272** **NKT:28** **C:42** **Bł:24** **S:5**	**Energia:2157** **B:79** **T:88** **W:277** **NKT:30** **C:44** **Bł:28** **S:5**	**Energia:1330** **B:42** **T:55** **W:176** **NKT:24** **C:49** **Bł:17** **S:5**	**Energia:1945** **B:74** **T:71** **W:267** **NKT:29** **C:43** **Bł:26** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

CZWARTEK 07.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki jaglane mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten3 jajko,9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek kiszony 50g** **Roszponka 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)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten3 jajko,9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek kiszony 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jaglane mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten3 jajko,9 seler)* **40g** **Ser lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jaglane mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten3 jajko,9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek kiszony 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jaglane mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten3 jajko,9 seler)* **20g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jaglane mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten3 jajko,9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 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		**Pieczywo graham** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **100g** **Wędlina drobiowa 60g**		**Budyń śmietankowy bez dodatku cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 350 ml** **Makaron z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 350 ml** **Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 350 ml** **Makaron z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 350 ml** **Makaron z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 250 ml** **Makaron z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler**) 350 ml** **Makaron z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Koktajl owocowy na kefirze** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Budyń śmietankowy bez dodatku cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	

KOLACJA	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Gotowana pierś z kurczaka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Gotowana pierś z kurczaka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Gotowana pierś z kurczaka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Gotowana pierś z kurczaka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb słonecznikowy 70g** *(zawiera 1 gluten,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 40g** **Gotowana pierś z kurczaka 20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Gotowana pierś z kurczaka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
	Energia:2012 **B:81** **T:75** **W:291** **NKT:34** **C:49** **Bł:27** **S:5**	**Energia:2082** **B:93** **T:73** **W:305** **NKT:32** **C:46** **Bł:37** **S:5**	**Energia:2015** **B:81** **T:74** **W:291** **NKT:34** **C:50** **Bł:23** **S:5**	**Energia:2168** **B:85** **T:83** **W:303** **NKT:35** **C:60** **Bł:29** **S:5**	**Energia:1572** **B:57** **T:59** **W:229** **NKT:29** **C:41** **Bł:22** **S:3**	**Energia:2067** **B:82** **T:81** **W:291** **NKT:35** **C:47** **Bł:28** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

PIĄTEK 08.05.2026

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 wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab z majerankiem 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab z majerankiem 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab z majerankiem 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab z majerankiem 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 20g** **Schab z majerankiem 20g** **Pomidor 30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab z majerankiem 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)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Panierowana ryba** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kiszonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Panierowana ryba** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kiszonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pieczona ryba** *(zawiera 4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Panierowana ryba** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kiszonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Pieczona ryba** *(zawiera 4 ryba)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Cukinia na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pieczona ryba** *(zawiera 4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Paluch drożdżowy z makiem** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **1szt.**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1*	**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)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina drobiowa 40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina drobiowa 40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina drobiowa 40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Wędlina drobiowa 20g** **Ogórek zielony 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina drobiowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2041** **B:80** **T:80** **W:265** **NKT:26** **C:56** **Bł:29** **S:6**	**Energia:2072** **B:90** **T:79** **W:267** **NKT:25** **C:41** **Bł:35** **S:6**	**Energia:1994** **B:78** **T:73** **W:270** **NKT:26** **C:57** **Bł:26** **S:6**	**Energia:2093** **B:84** **T:82** **W:270** **NKT:27** **C:59** **Bł:29** **S:6**	**Energia:1458** **B:52** **T:59** **W:189** **NKT:23** **C:41** **Bł:20** **S:4**	**Energia:2009** **B:80** **T:77** **W:262** **NKT:26** **C:57** **Bł:26** **S:6**

EXPERT CATERING

SOBOTA 09.05.2026

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)* **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 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)* **Wędlina z indyka 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 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)* **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 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)* **Wędlina z indyka 20g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 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)* **Wędlina z indyka 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Rzodkiewka 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 soczewicy 60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki z serkiem waniliowym i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki pełnoziarniste z serkiem waniliowym i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki z serkiem waniliowym i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki z serkiem waniliowym i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki z serkiem waniliowym i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Surówka z marchewki 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki z serkiem waniliowym i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Wafle kukurydziane 2szt**	
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)* **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2090** **B:88** **T:89** **W:246** **NKT:36** **C:57** **Bł:29** **S:5**	**Energia:2100** **B:91** **T:84** **W:266** **NKT:33** **C:47** **Bł:38** **S:5**	**Energia:2061** **B:70** **T:70** **W:254** **NKT:25** **C:47** **Bł:19** **S:5**	**Energia:2138** **B:92** **T:91** **W:252** **NKT:37** **C:59** **Bł:29** **S:5**	**Energia:1560** **B:49** **T:66** **W:195** **NKT:26** **C:34** **Bł:20** **S:3**	**Energia:2057** **B:88** **T:89** **W:241** **NKT:36** **C:57** **Bł:29** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 10.05.2026

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)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Filet złocisty 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7melko)* **250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Filet złocisty 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7melko)* **250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Filet złocisty 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7melko)* **250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3,7)* **80g** **Filet złocisty 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7melko)* **250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko)* **60g** **Filet złocisty 20g** **Pomidorki koktajlowe 30g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7melko)* **250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Filet złocisty 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Kawa zbożowa z mlekiem** *(zawiera 1 gluten,7melko)* **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 awokado 60g**		**Jogurt z truskawkami** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 1 gluten,9 seler**) 350 ml** **Filet drobiowy w sosie koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 1 gluten,9 seler**) 350 ml** **Filet drobiowy w sosie koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 1 gluten,9 seler**) 350 ml** **Filet drobiowy w sosie koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 1 gluten,9 seler**) 350 ml** **Filet drobiowy w sosie koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 1 gluten,9 seler**) 350 ml** **Filet drobiowy w sosie koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Ziemniaki 100g** **Marchew na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 1 gluten,9 seler**) 350 ml** **Filet drobiowy w sosie jasnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt z truskawkami** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Ciasto** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **60g**	

KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1981** **B:88** **T:75** **W:247** **NKT:31** **C:55** **Bł:27** **S:5**	**Energia:1925** **B:84** **T:79** **W:230** **NKT:30** **C:45** **Bł:31** **S:5**	**Energia:1954** **B:88** **T:73** **W:252** **NKT:31** **C:56** **Bł:19** **S:5**	**Energia:2063** **B:94** **T:78** **W:256** **NKT:32** **C:59** **Bł:27** **S:5**	**Energia:1556** **B:60** **T:61** **W:194** **NKT:28** **C:49** **Bł:20** **S:3**	**Energia:1951** **B:88** **T:75** **W:240** **NKT:31** **C:55** **Bł:27** **S:5**

EXPERT CATERING

PONIEDZIAŁEK 11.05.2026

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 wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** (*zawiera* 1 gluten,3 jajko,9 seler) **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** (*zawiera* 1 gluten,3 jajko,9 seler) **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Roszponka 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)* **Pasztet pieczony** (*zawiera* 1 gluten,3 jajko,9 seler) **40g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** (*zawiera* 1 gluten,3 jajko,9 seler) **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** (*zawiera* 1 gluten,3 jajko,9 seler) **20g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** (*zawiera* 1 gluten,3 jajko,9 seler) **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **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** *(zawiera 1 gluten pszenica)***100g** **Pasta warzywna 60g**		**Koktajl mango- gruszka na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Łazanki z mięsem mielonym, kiszoną kapustą i cebulką** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Łazanki z mięsem mielonym, kiszoną kapustą i cebulką** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Indyk w kremowym sosie 120g** **Kasza gryczana 200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Łazanki z mięsem mielonym, kiszoną kapustą i cebulką** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Indyk w kremowym sosie 100g** **Kasza gryczana 100g** **Cukinia na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Indyk w kremowym sosie 120g** **Kasza gryczana 200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Koktajl mango- gruszka na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Koktajl mango- gruszka na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera*	**Chleb graham 100g** *(zawiera*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb graham 100g** *(zawiera*

	1 gluten pszenica) **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	*1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soja)* **20g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	*1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2072** **B:86** **T:84** **W:257** **NKT:33** **C:39** **Bł:27** **S:5**	**Energia:2106** **B:87** **T:90** **W:260** **NKT:31** **C:39** **Bł:35** **S:5**	**Energia:1984** **B:61** **T:59** **W:236** **NKT:22** **C:22** **Bł:18** **S:5**	**Energia:2160** **B:90** **T:86** **W:272** **NKT:34** **C:51** **Bł:28** **S:5**	**Energia:1527** **B:43** **T:45** **W:162** **NKT:23** **C:31** **Bł:15** **S:3**	**Energia:2084** **B:87** **T:83** **W:260** **NKT:36** **C:40** **Bł:27** **S:5**

EXPERT CATERING

WTOREK 12.05.2026

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)* **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona 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)* **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona 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)* **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona 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)* **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **20g** **Pomidor 30g** **Sałata 5g** **Herbata zielona 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)* **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata zielona 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)* **Szynka z warzywami 60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Krem z dyni z prażonymi pestkami słonecznika gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Panierowana pierś z kurczaka** *(zawiera 1 gluten,3jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni z prażonymi pestkami słonecznika gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Panierowana pierś z kurczaka** *(zawiera 1 gluten,3jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni z prażonymi pestkami słonecznika gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pieczona pierś z kurczaka 80g** **Ziemniaki 200g** **Buraczki gotowane 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni z prażonymi pestkami słonecznika gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Panierowana pierś z kurczaka** *(zawiera 1 gluten,3jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni z prażonymi pestkami słonecznika gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Pieczona pierś z kurczaka 60g** **Ziemniaki 100g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni z prażonymi pestkami słonecznika gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pieczona pierś z kurczaka 80g** **Ziemniaki 200g** **Buraczki gotowane 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Kisiel b/c 150g**	
KOLACJA	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6*	**Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera*

	1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam) **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7mleko*) **40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko*) **40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*7)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko*) **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko*) **40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 20g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko*) **20g** **Papryka 20g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko*) **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2099** **B:87** **T:91** **W:249** **NKT:35** **C:57** **Bł:33** **S:5**	**Energia:2106** **B:95** **T:87** **W:249** **NKT:33** **C:40** **Bł:37** **S:5**	**Energia:2052** **B:81** **T:80** **W:266** **NKT:34** **C:59** **Bł:28** **S:5**	**Energia:2142** **B:90** **T:92** **W:253** **NKT:36** **C:59** **Bł:33** **S:5**	**Energia:1573** **B:57** **T:62** **W:195** **NKT:28** **C:48** **Bł:24** **S:3**	**Energia:2101** **B:86** **T:90** **W:254** **NKT:35** **C:59** **Bł:35** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 13.05.2026

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)* **Ser żółty (***zawiera 7 mleko)***40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser żółty (***zawiera 7 mleko)***40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały (***zawiera 7 mleko)***40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **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)* **Ser żółty (***zawiera 7 mleko)***40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **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)* **Ser żółty (***zawiera 7 mleko)***20g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Szpinak baby 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **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)* **Ser żółty (***zawiera 7 mleko)***40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Rzodkiewka 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		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Serek grani** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Jogurt z kawałkami czekolady** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kopytka z bułką tartą** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **300g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Roladki drobiowe w sosie jasnym** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kopytka** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **300g** **Marchew baby na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kopytka z bułką tartą** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **300g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Kopytka z bułką tartą** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **200g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kopytka z bułką tartą** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **300g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt z kawałkami gorzkiej czekolady** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt z kawałkami czekolady** *(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 z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 ryba)* **60g Szynka drobiowa 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 z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 ryba)* **60g Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 ryba)* **60g Szynka drobiowa 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 z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 ryba)* **60g Szynka drobiowa 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 z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 ryba)* **40g Szynka drobiowa 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 z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 ryba)* **60g Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2100 B:86 T:75 W:284 NKT:33 C:56 Bł:30 S:5**	**Energia:2156 B:99 T:84 W:264 NKT:34 C:49 Bł:33 S:5**	**Energia:20 B:81 T:65 W:303 NKT:28 C:58 Bł:26 S:5**	**Energia:2216 B:93 T:79 W:296 NKT:36 C:62 Bł:31 S:5**	**Energia:1599 B:62 T:61 W:217 NKT:29 C:45 Bł:23 S:3**	**Energia:2099 B:87 T:76 W:288 NKT:33 C:56 Bł:31 S:5**

MEDINET

CZWARTEK 14.05.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Filet z indyka 40g** **Pomidor 50g** **Szczypiorek 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Filet z indyka 40g** **Pomidor 50g** **Szczypiorek 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Filet z indyka 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Filet z indyka 40g** **Pomidor 50g** **Szczypiorek 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 20g** **Filet z indyka 20g** **Pomidor 30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Filet z indyka 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		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica* **Bieluch z papryką** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pulpet w sosie pomidorowym** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1gluten)* **200g** **Surówka z czerwonej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pulpet w sosie pomidorowym** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1gluten)* **200g** **Surówka z czerwonej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pulpet w sosie pomidorowym** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1gluten)* **200g** **Brokuł na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pulpet w sosie pomidorowym** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1gluten)* **200g** **Surówka z czerwonej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Pulpet w sosie pomidorowym** *(zawiera 3 jajko)* **100g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1gluten)* **100g** **Surówka z czerwonej kapusty z oliwą 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pulpet w sosie pomidorowym** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1gluten)* **200g** **Surówka z czerwonej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Drożdżówka z owocem** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **1szt**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Jajko z majonezem**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6soja,7mleko)* **40g** **Jajko z majonezem** *(zawiera*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Jajko z majonezem** *(zawiera 3*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt**

	(zawiera 3 jajko) **1szt/10g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*3jajko)* **1szt/10g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*jajko)* **1szt/10g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ogórek zielony 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2024** **B:80** **T:79** **W:262** **NKT:28** **C:47** **Bł:29** **S:5**	**Energia:2080** **B:84** **T:81** **W:272** **NKT:29** **C:39** **Bł:39** **S:5**	**Energia:1999** **B:79** **T:72** **W:270** **NKT:27** **C:50** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2072** **B:84** **T:80** **W:267** **NKT:29** **C:52** **Bł:29** **S:5**	**Energia:1564** **B:58** **T:63** **W:202** **NKT:27** **C:39** **Bł:22** **S:3**	**Energia:2012** **B:79** **T:76** **W:267** **NKT:27** **C:51** **Bł:30** **S:5**

MEDINET

PIĄTEK 15.05.2026

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 wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 1gluten,6 soja,7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 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)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 1gluten,6 soja,7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 1gluten,6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 1gluten,6 soja,7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka wiejska** *(zawiera 1gluten,6 soja,7 mleko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 1gluten,6 soja,7 mleko)* **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)* **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **60g**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**		
OBIAD	**Kapuśniak na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapieczony z jabłkiem i cynamonem z polewą jogurtową** *(zawiera 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kapuśniak na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż brązowy zapieczony z jabłkiem i cynamonem z polewą jogurtową** *(zawiera 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapieczony z jabłkiem i cynamonem z polewą jogurtową** *(zawiera 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kapuśniak na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapieczony z jabłkiem i cynamonem z polewą jogurtową** *(zawiera 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Ryż zapieczony z jabłkiem i cynamonem z polewą jogurtową** *(zawiera 7 mleko)* **300g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapieczony z jabłkiem i cynamonem z polewą jogurtową** *(zawiera 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**			**Mus owocowy 100g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**

	Masło 82% tłuszczu 15g *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna (***zawiera 4 ryba,7 mleko)* **40g Gotowany indyk 40g Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna (***zawiera 4 ryba,7 mleko)* **40g Gotowany indyk 40g Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna (***zawiera 4 ryba,7 mleko)* **40g Gotowany indyk 40g Pomidor 50g Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Pasta rybna (***zawiera 4 ryba,7 mleko)* **40g Gotowany indyk 40g Ogórek konserwowy** *(zawiera 10)* **50g Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Pasta rybna (***zawiera 4 ryba,7 mleko)* **20g Gotowany indyk 20g Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna (***zawiera 4 ryba,7 mleko)* **40g Gotowany indyk 40g Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2064 B:79 T:71 W:289 NKT:33 C:56 Bł:26 S:5**	**Energia:2145 B:89 T:85 W:303 NKT:35 C:40 Bł:38 S:5**	**Energia:2056 B:75 T:68 W:293 NKT:34 C:54 Bł:23 S:5**	**Energia:2253 B:84 T:88 W:296 NKT:35 C:58 Bł:28 S:5**	**Energia:1450 B:56 T:55 W:197 NKT:34 C:40 Bł:20 S:3**	**Energia:2056 B:80 T:72 W:293 NKT:34 C:54 Bł:24 S:5**