EXPERT CATERING

PONIEDZIAŁEK 01.06.2026

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** **Papryka 50g** **Rucola 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** **Papryka 50g** **Rucola 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** **Rucola 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** **Papryka 50g** **Rucola 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** **Papryka 30g** **Rucola 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** **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)* **Pasta z brokuła 60g**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny, 8 orzech laskowy)* **30g**		
OBIAD	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kurczak w kremowym sosie koperkowym z marchewką i porem 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kurczak w kremowym sosie koperkowym z marchewką i porem 200g** **Ryż brązowy 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kurczak w kremowym sosie koperkowym z marchewką i porem 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kurczak w kremowym sosie koperkowym z marchewką i porem 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Kurczak w kremowym sosie koperkowym z marchewką i porem 150g** **Ryż biały 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kurczak w kremowym sosie koperkowym z marchewką 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny, 8 orzech laskowy)* **30g**			**Drożdżówka z owocem** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)*	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **40g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)* **20g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 6 soja)*

	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**	**Rzodkiewka 50g Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Rzodkiewka 30g Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml**	**40g Rzodkiewka 50g Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1980 B:78 T:60 W:296 NKT:26 C:48 Bł:27 S:5**	**Energia:2080 B:81 T:75 W:287 NKT:26 C:35 Bł:38 S:5**	**Energia:1964 B:60 T:49 W:280 NKT:23 C:34 Bł:24 S:5**	**Energia:2180 B:82 T:78 W:301 NKT:28 C:49 Bł:29 S:5**	**Energia:1503 B:44 T:45 W:213 NKT:25 C:31 Bł:19 S:5**	**Energia:1949 B:78 T:60 W:292 NKT:26 C:48 Bł:26 S:**

MEDINET

WTOREK 02.06.2026

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** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab pieczony 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 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 lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 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** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 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** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 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** **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		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z soczewicy 60g**		**Smoothie owocowe na bazie kefiru** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Krem z warzyw gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350ml** **Tradycyjny kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z warzyw gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350ml** **Tradycyjny kotlet mielony pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z warzyw gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350ml** **Tradycyjny kotlet mielony pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z warzyw gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350ml** **Tradycyjny kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z warzyw gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350ml** **Tradycyjny kotlet mielony pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Surówka z białej kapusty z oliwą 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z warzyw gotowany na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350ml** **Tradycyjny kotlet mielony pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Smoothie owocowe na bazie kefiru** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Smoothie owocowe na bazie kefiru** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Filet z indyka 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Filet z indyka 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Filet z indyka 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Filet z indyka 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **20g** **Filet z indyka 20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Kiełki 5g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Filet z indyka 40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**

	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	
WYLICZENIA	Energia:2015 B:91 T:74 W:258 NKT:32 C:52 Bł:26 S:5	Energia:2094 B:97 T:73 W:280 NKT:30 C:45 Bł:39 S:5	Energia:1967 B:82 T:68 W:267 NKT:27 C:51 Bł:21 S:5	Energia:2093 B:94 T:76 W:271 NKT:34 C:59 Bł:28 S:5	Energia:1536 B:61 T:58 W:202 NKT:27 C:50 Bł:22 S:4	Energia:1989 B:91 T:74 W:252 NKT:32 C:52 Bł:25 S:5

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 03.06.2026

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** **Ogórek zielony 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** **Ogórek zielony 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** **Ogórek zielony 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** **Ogórek zielony 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)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Placki ziemniaczane z jogurtem naturalnym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajkio,7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Placki ziemniaczane z jogurtem naturalnym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajkio,7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron świderki z białym twarogiem i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Placki ziemniaczane z jogurtem naturalnym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajkio,7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron świderki z białym twarogiem i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron świderki z białym twarogiem i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Kisiel owocowy bez dodatku cukru 100ml**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*

	(zawiera 1 gluten pszenica) **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 50g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Szczypior 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 50g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Szczypior 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 50g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 50g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Szczypior 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 20g** **Szynka beskidzka 20g** **Pomidor 30g** **Szczypior 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 50g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
	Energia:1960 **B:72** **T:83** **W:240** **NKT:28** **C:40** **Bł:22** **S:6**	**Energia:1910** **B:75** **T:79** **W:237** **NKT:25** **C:31** **Bł:30** **S:6**	**Energia:2003** **B:81** **T:80** **W:268** **NKT:33** **C:40** **Bł:19** **S:6**	**Energia:2008** **B:76** **T:85** **W:245** **NKT:29** **C:45** **Bł:22** **S:6**	**Energia:1567** **B:57** **T:59** **W:209** **NKT:28** **C:39** **Bł:15** **S:4**	**Energia:2087** **B:88** **T:81** **W:265** **NKT:31** **C:31** **Bł:24** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

CZWARTEK 04.06.2026

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)* **Frankfurterka z ketchupem 1szt/10g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 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)* **Frankfurterka z ketchupem 1szt/10g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 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)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek 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)* **Frankfurterka z ketchupem 1szt/10g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 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)* **Frankfurterka z ketchupem 1szt/10g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Papryka 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)* **Frankfurterka z ketchupem 1szt/10g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 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 z warzywami 60g**		**Koktajl owocowy na kefirze** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 350 ml** **Bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3)* **200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 350 ml** **Bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym 120g** **Kasza gryczana 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 350 ml** **Bitki drobiowe w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3)* **200g** **Burak gotowany 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 350 ml** **Bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3)* **200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 250 ml** **Bitki drobiowe w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3)* **200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 350 ml** **Bitki drobiowe w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3)* **200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Koktajl owocowy na kefirze** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Ciasto** *(zawiera 1 gluten, 3 jajka, 7 mleko)* **60g**	

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:2057 **B:91** **T:80** **W:280** **NKT:37** **C:62** **Bł:29** **S:5**	**Energia:2143** **B:101** **T:80** **W:290** **NKT:35** **C:48** **Bł:38** **S:5**	**Energia:2014** **B:82** **T:68** **W:272** **NKT:30** **C:51** **Bł:20** **S:5**	**Energia:2135** **B:95** **T:82** **W:292** **NKT:38** **C:69** **Bł:31** **S:5**	**Energia:1613** **B:52** **T:51** **W:214** **NKT:29** **C:41** **Bł:20** **S:4**	**Energia:2019** **B:92** **T:75** **W:280** **NKT:35** **C:62** **Bł:29** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

PIĄTEK 05.06.2026

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 z brokuła 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 z brokuła 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 z brokuła 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 z brokuła 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 z brokuła 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 z kalafiora 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	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,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**	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,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**	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Pieczona ryba** *(zawiera 4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,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**	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **250 ml** **Pieczona ryba** *(zawiera 4 ryba)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Cukinia na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,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**			**Mus owocowy 100g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7*	**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 mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina drobiowa 40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina drobiowa 40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina drobiowa 40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*7 mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Wędlina drobiowa 20g** **Ogórek zielony 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina drobiowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1890** **B:74** **T:67** **W:261** **NKT:25** **C:50** **Bł:27** **S:5**	**Energia:2001** **B:81** **T:69** **W:266** **NKT:25** **C:41** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1849** **B:72** **T:65** **W:277** **NKT:25** **C:52** **Bł:22** **S:5**	**Energia:1954** **B:77** **T:68** **W:268** **NKT:25** **C:53** **Bł:27** **S:5**	**Energia:1401** **B:40** **T:39** **W:197** **NKT:17** **C:43** **Bł:17** **S:**	**Energia:1884** **B:75** **T:67** **W:257** **NKT:25** **C:50** **Bł:25** **S:5**

EXPERT CATERING

SOBOTA 06.06.2026

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**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny, 8 orzech laskowy)* **30g**		
OBIAD	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki ze szpinakiem z delikatnym dipem czosnkowym** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki pełnoziarniste ze szpinakiem z delikatnym dipem jogurtowym** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki ze szpinakiem z delikatnym dipem jogurtowym** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki ze szpinakiem z delikatnym dipem czosnkowym** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/100ml** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Naleśniki z twarogiem waniliowym i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/80ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki z twarogiem waniliowym i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **2szt/80ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny, 8 orzech laskowy)* **30g**			**Wafle kukurydziane 2szt**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1*	**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*

	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**	*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**	*gluten pszenica)* **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**	*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**	*pszenica)* **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**	*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** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2033** **B:88** **T:83** **W:248** **NKT:37** **C:53** **Bł:32** **S:5**	**Energia:2150** **B:99** **T:98** **W:266** **NKT:35** **C:43** **Bł:39** **S:5**	**Energia:1999** **B:81** **T:81** **W:250** **NKT:37** **C:57** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2122** **B:93** **T:99** **W:254** **NKT:39** **C:54** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1545** **B:52** **T:47** **W:201** **NKT:29** **C:39** **Bł:24** **S:4**	**Energia:2023** **B:91** **T:84** **W:240** **NKT:38** **C:55** **Bł:31** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 07.06.2026

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**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** (*zawiera*,9 seler) **350 ml** **Filet drobiowy w sosie warzywnym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** (*zawiera*,9 seler) **350 ml** **Filet drobiowy w sosie warzywnym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** (*zawiera*,9 seler) **350 ml** **Filet drobiowy w sosie warzywnym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka żółta na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** (*zawiera*,9 seler) **350 ml** **Filet drobiowy w sosie warzywnym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** (*zawiera*,9 seler) **250 ml** **Filet drobiowy w sosie warzywnym** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Ziemniaki 100g** **Fasolka na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** (*zawiera*,9 seler) **350 ml** **Filet drobiowy w sosie warzywnym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka żółta na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**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*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7*	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7*	**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**	*mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **20g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1992** **B:93** **T:66** **W:268** **NKT:32** **C:53** **Bł:31** **S:5**	**Energia:2012** **B:95** **T:71** **W:259** **NKT:30** **C:41** **Bł:37** **S:5**	**Energia:2001** **B:81** **T:66** **W:267** **NKT:32** **C:53** **Bł:25** **S:5**	**Energia:2034** **B:95** **T:68** **W:271** **NKT:32** **C:55** **Bł:31** **S:5**	**Energia: 1509** **B:54** **T:43** **W:210** **NKT:21** **C:39** **Bł:24** **S:4**	**Energia:1952** **B:93** **T:66** **W:261** **NKT:32** **C:53** **Bł:31** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

PONIEDZIAŁEK 08.06.2026

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,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka drobiowa 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **20g** **Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **20g** **Rzodkiewka 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję 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** *(zawiera 1 gluten pszenica)***100g** **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **60g**		**Koktajl owocowy na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa 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 spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Koktajl owocowy na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Koktajl owocowy na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	

KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Filet z indyka 40g** **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7)* **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)* **Filet z indyka 40g** **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Filet z indyka 40g** **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Filet z indyka 40g** **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Filet z indyka 20g** **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Kiełki 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Filet z indyka 40g** **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2024** **B:84** **T:70** **W:278** **NKT:30** **C:37** **BŁ:26** **S:6**	**Energia:2055** **B:87** **T:65** **W:289** **NKT:28** **C:29** **BŁ:35** **S:6**	**Energia:2035** **B:81** **T:65** **W:292** **NKT:26** **C:37** **BŁ:21** **S:6**	**Energia: 2066** **B:87** **T:72** **W:282** **NKT:31** **C:48** **BŁ:26** **S:6**	**Energia: 1565** **B:59** **T:55** **W:210** **NKT:22** **C:29** **BŁ:21** **S:4**	**Energia: 2020** **B:84** **T:70** **W:278** **NKT:30** **C:37** **BŁ:26** **S:6**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 09.06.2026

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)* **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **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)* **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **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)* **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **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)* **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **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)* **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **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)* **Pasztet sojowy** *(zawiera soję)* **60g**		**Budyń waniliowy bez dodatku cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 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**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 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**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **350 ml** **Pieczona pierś z kurczaka 80g** **Ziemniaki 200g** **Dynia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 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**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **250 ml** **Pieczona pierś z kurczaka 60g** **Ziemniaki 100g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **350 ml** **Pieczona pierś z kurczaka 80g** **Ziemniaki 200g** **Dynia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Budyń waniliowy bez dodatku cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7)*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)*	**Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6*

	soja,11sezam) **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka miodowa 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka miodowa 40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka miodowa 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka miodowa 20g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka miodowa 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2111** **B:84** **T:80** **W:279** **NKT:32** **C:45** **Bł:31** **S:6**	**Energia:2135** **B:85** **T:77** **W:287** **NKT:32** **C:32** **Bł:39** **S:6**	**Energia: 2067** **B:83** **T:72** **W:287** **NKT:28** **C:44** **Bł:25** **S:6**	**Energia: 2161** **B:88** **T:82** **W:284** **NKT:33** **C:49** **Bł:32** **S:6**	**Energia:1555** **B:51** **T:46** **W:220** **NKT:22** **C:38** **Bł:25** **S:4**	**Energia: 2082** **B:85** **T:77** **W:279** **NKT:31** **C:44** **Bł:33** **S:6**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 10.06.2026

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)* **Serek wiejski (***zawiera 7 mleko)***40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Papryka 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)* **Serek wiejski (***zawiera 7 mleko)***40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Papryka 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)* **Serek wiejski (***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)* **Serek wiejski (***zawiera 7 mleko)***40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Papryka 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)* **Serek wiejski (***zawiera 7 mleko)***20g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **20g** **Papryka 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)* **Serek wiejski (***zawiera 7 mleko)***40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Papryka 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **60g**		**Jogurt z owocami** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, cukinia, bakłażan, pieczarki, ciecierzyca, fasolka)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, cukinia, bakłażan, pieczarki, ciecierzyca, fasolka)* **200g** **Ryż brązowy 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, cukinia, bakłażan, pieczarki, ciecierzyca, fasolka)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, cukinia, bakłażan, pieczarki, ciecierzyca, fasolka)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, cukinia, bakłażan, pieczarki, ciecierzyca, fasolka)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, cukinia, bakłażan, pieczarki, ciecierzyca, fasolka)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt z owocami** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt z owocami** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7*	**Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)*

	Masło 82% tłuszczu **15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z burakiem i warzywami z oliwą 60g** **Szynka z indyka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Sałatka z burakiem i warzywami z oliwą 60g** **Szynka z indyka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z burakiem i warzywami z oliwą 60g** **Szynka z indyka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Sałatka z burakiem i warzywami z oliwą 60g** **Szynka z indyka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z burakiem i warzywami z oliwą 40g** **Szynka z indyka 20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu** **15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z burakiem i warzywami z oliwą 60g** **Szynka z indyka 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2043** **B:81** **T:88** **W:248** **NKT:33** **C:47** **Bł:25** **S:6**	**Energia: 2133** **B:88** **T:91** **W:264** **NKT:35** **C:34** **Bł:33** **S:6**	**Energia: 2024** **B:75** **T:80** **W:261** **NKT:32** **C:48** **Bł:22** **S:6**	**Energia: 2120** **B:85** **T:91** **W:252** **NKT:32** **C:42** **Bł:25** **S:6**	**Energia: 1533** **B:55** **T:58** **W:201** **NKT:30** **C:39** **Bł:20** **S:4**	**Energia: 2002** **B:75** **T:85** **W:257** **NKT:33** **C:47** **Bł:26** **S:6**

EXPERT CATERING

MEDINET

CZWARTEK 11.06.2026

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,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę 7 mleko)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10)* **50g** **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 rybę 7 mleko)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10)* **50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę 7 mleko)* **40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę 7 mleko)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10)* **50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę 7 mleko)* **20g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10)* **30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę 7 mleko)* **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		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica* **Szynka z warzywami 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 gryczana 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 gryczana 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 gryczana 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 gryczana 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)* **120g** **Kasza gryczana 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 gryczana 200g** **Surówka z czerwonej kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Galaretka owocowa 130g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek zielony 50g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek zielony 50g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pomidor 50g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **20g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **20g** **Ogórek zielony 30g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6 soja,7mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Papryka 50g**

	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	Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml
WYLICZENIA	Energia: 1919 B:82 T:79 W:233 NKT:34 C:46 Bł:27 S:6	Energia: 2006 B:91 T:81 W:250 NKT:34 C:32 Bł:31 S:6	Energia: 1901 B:80 T:74 W:247 NKT:34 C:46 Bł:22 S:6	Energia: 2001 B:89 T:85 W:238 NKT:37 C:49 Bł:28 S:6	Energia: 1417 B:52 T:58 W:180 NKT:27 C:49 Bł:20 S:4	Energia: 1899 B:81 T:79 W:230 NKT:33 C:46 Bł:28 S:6

EXPERT CATERING

MEDINET

PIĄTEK 12.06.2026

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)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z indyka 40g** **Pomidor 50g** **Szczypior 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)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z indyka 40g** **Pomidor 50g** **Szczypior 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)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z indyka 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)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z indyka 40g** **Pomidor 50g** **Szczypior 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)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka z indyka 20g** **Pomidor 30g** **Szczypior 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)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka 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		**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** **Jajka w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko)* **2szt/100ml** **Ziemniaki 200g** **Sałata z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kapuśniak na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Jajka w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko)* **2szt/100ml** **Ziemniaki 200g** **Sałata z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna 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**	**Kapuśniak na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Jajka w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko)* **2szt/100ml** **Ziemniaki 200g** **Sałata z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Jajko w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/80ml** **Ziemniaki 100g** **Sałata z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna 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**
PODWIECZOREK		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**			**Rogal maślany** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **1szt**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka beskidzka 40g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka beskidzka 40g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka beskidzka 40g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka beskidzka 40g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 20g** **Szynka beskidzka 20g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka beskidzka 40g**

	Rzodkiewka 50g Roszponka 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Rzodkiewka 50g Roszponka 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Pomidor 50g Roszponka 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Rzodkiewka 50g Roszponka 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Rzodkiewka 30g Roszponka 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Rzodkiewka 50g Herbata czarna bez cukru 250ml
WYLICZENIA	Energia:2043 B:81 T:88 W:248 NKT:33 C:47 Bł:25 S:6	Energia: 2133 B:88 T:91 W:264 NKT:35 C:34 Bł:33 S:6	Energia: 2024 B:75 T:80 W:261 NKT:32 C:48 Bł:22 S:6	Energia: 2120 B:85 T:91 W:252 NKT:32 C:42 Bł:25 S:6	Energia: 1533 B:55 T:58 W:201 NKT:30 C:39 Bł:20 S:4	Energia: 2002 B:75 T:85 W:257 NKT:33 C:47 Bł:26 S:6

EXPERT CATERING

SOBOTA 13.06.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera,7mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka konserwowa drobiowa 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 konserwowa drobiowa 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera,7mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka konserwowa drobiowa 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera,7mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka konserwowa drobiowa 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 250ml** *(zawiera,7mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka konserwowa drobiowa 20g** **Ser żółty** *(zawiera 7mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera,7mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Szynka konserwowa drobiowa 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**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierogi z mięsem okraszone cebulką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **6szt/50g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ragout drobiowe z warzywami 200g** **Ziemniaki 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ragout drobiowe z warzywami 200g** **Ziemniaki 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierogi z mięsem okraszone cebulką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **6szt/50g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Ragout drobiowe z warzywami 150g** **Ziemniaki 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierogi z mięsem** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **6szt/50g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Wafle ryżowe 2szt**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera*	**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**

	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**	**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**	*7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Wędlina miodowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **40g** **Wędlina miodowa 20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Wędlina miodowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2018** **B:91** **T:74** **W:265** **NKT:30** **C:53** **Bł:27** **S:5**	**Energia: 1999** **B:86** **T:67** **W:264** **NKT:25** **C:40** **Bł:34** **S:5**	**Energia: 1838** **B:75** **T:61** **W:262** **NKT:26** **C:55** **Bł:30** **S:5**	**Energia: 2065** **B:95** **T:75** **W:270** **NKT:31** **C:55** **Bł:28** **S:5**	**Energia: 1519** **B:59** **T:49** **W:225** **NKT:25** **C:40** **Bł:20** **S:4**	**Energia: 1962** **B:85** **T:68** **W:260** **NKT:27** **C:53** **Bł:27** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 14.06.2026

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 wiejski** *(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 wiejski** *(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 wiejski** *(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 wiejski** *(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 wiejski** *(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 wiejski** *(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**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **250 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 100g** **Ziemniaki 100g** **Surówka z kapusty z oliwą 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z kapusty z oliwą 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Ciasto** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,7 mleko)* **50g**	

KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka wieprzowa 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)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka wieprzowa 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)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka drobiowa40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka wieprzowa 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)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka wieprzowa 40g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka wieprzowa 40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2042** **B:88** **T:77** **W:261** **NKT:36** **C:56** **Bł:30** **S:6**	**Energia: 2114** **B:99** **T:76** **W:276** **NKT:34** **C:45** **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:59** **Bł:28** **S:6**	**Energia: 1599** **B:58** **T:53** **W:219** **NKT:35** **C:45** **Bł:24** **S:4**	**Energia: 2003** **B:88** **T:77** **W:258** **NKT:36** **C:56** **Bł:28** **S:6**

EXPERT CATERING