JADŁOSPIS NA MIESIĄC LIPIEC DLA DOLNOŚLĄSKIEGO CENTRUM CHORÓB SERCA IM. ZBIGNIEWA RELIGI – MEDINET SP. ZO.O.

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 01.07.2026

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)* **Jajko z majonezem 1szt/10g** *(zawiera 3 jajko)* **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję,7 mleko)* **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)* **Jajko z majonezem 1szt/10g** *(zawiera 3 jajko)* **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 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)* **Jajko 1szt** *(zawiera 3 jajko)* **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 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)* **Jajko z majonezem 1szt/10g** *(zawiera 3 jajko)* **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 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)* **Jajko 1szt** *(zawiera 3 jajko)* **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję,7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 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)* **Jajko 1szt** *(zawiera 3 jajko)* **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję,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 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **60g**		**Jogurt z nasionami chia i musem owocowym** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Rolada w sosie ciemnym 120g** **Kasza gryczana 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Rolada w sosie ciemnym 120g** **Kasza gryczana 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Rolada w sosie ciemnym 120g** **Kasza gryczana 200g** **Dynia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Rolada w sosie ciemnym 120g** **Kasza gryczana 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Rolada w sosie ciemnym 80g** **Kasza gryczana 100g** **Surówka z czerwonej kapusty 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Rolada w sosie ciemnym 120g** **Kasza gryczana 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**

PODWIECZOREK		**Jogurt z nasionami chia i musem owocowym** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt z nasionami chia i musem owocowym** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 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)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 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)* **Serek biały** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka beskidzka 20g** **Ogórek zielony 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
	Energia:2064 **B:91** **T:81** **W:254** **NKT:33** **C:48** **Bł:27** **S:5**	**Energia:2133** **B:98** **T:81** **W:269** **NKT:31** **C:39** **Bł:39** **S:5**	**Energia:1897** **B:91** **T:65** **W:261** **NKT:25** **C:47** **Bł:25** **S:5**	**Energia:2184** **B:98** **T:86** **W:269** **NKT:34** **C:54** **Bł:32** **S:5**	**Energia:1522** **B:65** **T:59** **W:189** **NKT:25** **C:39** **Bł:25** **S:5**	**Energia:1992** **B:91** **T:73** **W:254** **NKT:32** **C:48** **Bł:27** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

CZWARTEK 02.07.2026

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 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 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 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 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 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 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 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 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 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **20g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Sałata 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 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **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** **Pasta z brokuła 60g**		**Budyń waniliowy bez dodatku cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 350 ml** **Panierowana pierś z kurczaka** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 350 ml** **Pieczona pierś z kurczaka** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 350 ml** **Pieczona pierś z kurczaka** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Brokuł na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 350 ml** **Panierowana pierś z kurczaka** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 250 ml** **Pieczona pierś z kurczaka** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół na wywarze drobiowo warzywnym z makaronem** (*zawiera* 1 gluten, 3 jajka,9 seler**) 350 ml** **Pieczona pierś z kurczaka** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Budyń waniliowy 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** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **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** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **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** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **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** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **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** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **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** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
	Energia:2024 **B:83** **T:79** **W:256** **NKT:35** **C:47** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2091** **B:85** **T:77** **W:279** **NKT:33** **C:39** **Bł:32** **S:5**	**Energia:2093** **B:76** **T:72** **W:263** **NKT:33** **C:35** **Bł:19** **S:5**	**Energia:2138** **B:88** **T:82** **W:273** **NKT:37** **C:59** **Bł:26** **S:5**	**Energia:1530** **B:45** **T:52** **W:192** **NKT:25** **C:28** **Bł:18** **S:4**	**Energia:2018** **B:83** **T:79** **W:256** **NKT:35** **C:47** **Bł:26** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

PIĄTEK 03.07.2026

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)* **Filet z indyka 40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 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)* **Filet z indyka 40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 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)* **Filet z indyka 40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 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)* **Filet z indyka 40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 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)* **Filet z indyka 20g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Kiełki 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)* **Filet z indyka 40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **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)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem podany z jogurtem naturalnym** *(zawiera 7 mleko)* **350g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem podany z jogurtem naturalnym** *(zawiera 7 mleko)* **350g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem podany z jogurtem naturalnym** *(zawiera 7 mleko)* **350g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem podany z jogurtem naturalnym** *(zawiera 7 mleko)* **350g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem podany z jogurtem naturalnym** *(zawiera 7 mleko)* **250g** **Surówka z marchewki 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem podany z jogurtem naturalnym** *(zawiera 7 mleko)* **350g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Rogalik maślany** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **1szt**	
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*	**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)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina z warzywami 40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina z warzywami 40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Ser biały** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina z warzywami 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*7 mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina z warzywami 40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Wędlina z warzywami 20g** **Ogórek zielony 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina z warzywami 40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2107** **B:76** **T:83** **W:278** **NKT:40** **C:53** **Bł:25** **S:5**	**Energia:2175** **B:77** **T:85** **W:267** **NKT:38** **C:45** **Bł:36** **S:5**	**Energia:2082** **B:68** **T:73** **W:269** **NKT:36** **C:58** **Bł:21** **S:5**	**Energia:2167** **B:78** **T:83** **W:281** **NKT:42** **C:57** **Bł:26** **S:5**	**Energia:1574** **B:49** **T:55** **W:210** **NKT:28** **C:37** **Bł:19** **S:4**	**Energia:2089** **B:76** **T:83** **W:274** **NKT:40** **C:53** **Bł:26** **S:5**

EXPERT CATERING

SOBOTA 04.07.2026

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** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Rucola 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** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Rucola 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** **Rucola 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** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Rucola 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** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Rucola 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** **Papryka 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z kalafiora 60g**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny, 8 orzech laskowy)* **30g**		
OBIAD	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kartacze z mięsem okraszone cebulką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **4szt/50g** **Bukiet warzyw na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Gulasz z indyka z brokułem i marchewką 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Gulasz z indyka z brokułem i marchewką 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kartacze z mięsem okraszone cebulką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **4szt/50g** **Bukiet warzyw na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **250 ml** **Gulasz z indyka z brokułem i marchewką 150g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kartacze z mięsem okraszone cebulką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **4szt/50g** **Bukiet warzyw na parze 100g** **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 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **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)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **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)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **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)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **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)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2099** **B:75** **T:83** **W:291** **NKT:28** **C:55** **Bł:25** **S:5**	**Energia:2154** **B:91** **T:90** **W:276** **NKT:28** **C:34** **Bł:36** **S:5**	**Energia:2050** **B:70** **T:75** **W:285** **NKT:29** **C:59** **Bł:21** **S:5**	**Energia:2178** **B:81** **T:88** **W:302** **NKT:29** **C:59** **Bł:27** **S:5**	**Energia:1545** **B:49** **T:51** **W:211** **NKT:19** **C:39** **Bł:21** **S:4**	**Energia:2096** **B:75** **T:83** **W:289** **NKT:28** **C:55** **Bł:26** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 05.07.2026

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** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 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** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 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** **Pomidor 50g** **Roszponka 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** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 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** **Rzodkiewka 30g** **Roszponka 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** **Rzodkiewka 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 jogurtowym** *(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 jogurtowym** *(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 jogurtowym** *(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 jogurtowym** *(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 jogurtowym** *(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 jogurtowym** *(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**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1*

	(zawiera 1 gluten pszenica) **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z buraka z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z buraka z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z buraka z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z buraka z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z buraka z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z buraka z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2108** **B:92** **T:78** **W:272** **NKT:31** **Bł:28** **C:54** **S:5**	**Energia:2179** **B:95** **T:85** **W:282** **NKT:30** **Bł:35** **C:45** **S:5**	**Energia:2118** **B:89** **T:77** **W:283** **NKT:31** **Bł:21** **C:54** **S:5**	**Energia:2197** **B:95** **T:87** **W:282** **NKT:33** **Bł:29** **C:59** **S:5**	**Energia:1681** **B:65** **T:61** **W:218** **NKT:28** **Bł:21** **C:40** **S:4**	**Energia:2108** **B:92** **T:78** **W:272** **NKT:31** **Bł:28** **C:53** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

PONIEDZIAŁEK 06.07.2026

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)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 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)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**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)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane 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)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **20g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**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)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham** *(zawiera 1 gluten pszenica)***100g** **Pasta z soczewicy 60g**		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Koperkowa 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**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron pełnoziarnisty z indykiem i warzywami sezonowymi w kremowym sosie** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **300g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron z indykiem i warzywami sezonowymi w kremowym sosie** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa 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**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Makaron z indykiem i warzywami sezonowymi w kremowym sosie** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron z indykiem i warzywami sezonowymi w kremowym sosie** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	

KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 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)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 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)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **20g** **Szynka drobiowa 20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2049** **B:93** **T:83** **W:247** **NKT:34** **C:57** **BŁ:32** **S:4**	**Energia:2137** **B:97** **T:84** **W:266** **NKT:33** **C:49** **BŁ:39** **S:4**	**Energia:2003** **B:89** **T:78** **W:254** **NKT:31** **C:57** **BŁ:26** **S:5**	**Energia:2114** **B:97** **T:85** **W:255** **NKT:35** **C:64** **BŁ:33** **S:4**	**Energia:1614** **B:68** **T:68** **W:193** **NKT:29** **C:52** **BŁ:25** **S:3**	**Energia:2031** **B:93** **T:83** **W:242** **NKT:34** **C:57** **BŁ:32** **S:4**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 07.07.2026

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)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 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)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 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)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 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)* **Pasta warzywna 20g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Rucola 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)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Papryka 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)* **Bieluch z pestkami słonecznika** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Koktajl mango na maślance** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten,3jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony pieczony** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony pieczony** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Burak gotowany 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten,3jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Kotlet mielony pieczony** *(zawiera 3 jajko)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Surówka z buraczków 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony pieczony** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Koktajl mango na maślance** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Koktajl mango na maślance** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	
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**	**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)* **Wędlina drobiowa 40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7)* **Wędlina drobiowa 40g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko* **) 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 20g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2091** **B:92** **T:72** **W:289** **NKT:26** **Bł:30** **C:45** **S:5**	**Energia:2144** **B:95** **T:72** **W:299** **NKT:25** **Bł:38** **C:36** **S:4**	**Energia:1976** **B:85** **T:69** **W:270** **NKT:25** **Bł:26** **C:48** **S:5**	**Energia:2177** **B:98** **T:74** **W:299** **NKT:26** **Bł:33** **C:55** **S:5**	**Energia:1456** **B:59** **T:53** **W:194** **NKT:23** **Bł:21** **C:39** **S:4**	**Energia:2066** **B:92** **T:72** **W:287** **NKT:26** **Bł:30** **C:45** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 08.07.2026

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** **Szynka miodowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 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** **Szynka miodowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 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** **Szynka miodowa 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 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** **Szynka miodowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 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** **Szynka miodowa 20g** **Rzodkiewka 30g** **Sałata 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** **Szynka miodowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 5g** **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**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Naleśniki ze szpinakiem i twarogiem z jogurtem naturalnym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/80ml** **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** **Naleśniki ze szpinakiem i twarogiem z jogurtem naturalnym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/80ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Naleśniki z twarożkiem i polewą truskawkową** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/80ml** **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		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Kisiel bez cukru 100ml**	
KOLACJA	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,*	**Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten*

	pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam) **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami i oliwą koperkową 60g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami i oliwą koperkową 60g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami i oliwą koperkową 60g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami i oliwą koperkową 60g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami i oliwą koperkową 40g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami i oliwą koperkową 60g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2024** **B:89** **T:70** **W:274** **NKT:29** **C:46** **Bł:31** **S:5**	**Energia:2093** **B:97** **T:74** **W:278** **NKT:28** **C:37** **Bł:35** **S:5**	**Energia:2017** **B:89** **T:69** **W:268** **NKT:28** **C:43** **Bł:22** **S:5**	**Energia:2131** **B:93** **T:74** **W:288** **NKT:30** **C:51** **Bł:30** **S:5**	**Energia:1567** **B:64** **T:59** **W:207** **NKT:25** **C:45** **Bł:22** **S:4**	**Energia:2075** **B:86** **T:72** **W:284** **NKT:28** **C:45** **Bł:30** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

CZWARTEK 09.07.2026

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 z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 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 z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Pmidor 50g** **Sałata 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 z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka beskidzka 20g** **Rzodkiewka 30g** **Sałata 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 z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka beskidzka 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		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica* **Jajko z majonezem 1szt/10g**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny, 8 orzech laskowy)* **30g**		
OBIAD	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz drobiowy z warzywami sezonowymi 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz drobiowy z warzywami sezonowymi 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz drobiowy z warzywami sezonowymi 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz drobiowy z warzywami sezonowymi 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Gulasz drobiowy z warzywami sezonowymi 150g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz drobiowy z warzywami sezonowymi 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny, 8 orzech laskowy)* **30g**			**Mus owocowy 100g**	
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**	**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**	**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**	**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 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**

	Ogórek zielony 50g Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Ogórek zielony 50g Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Pomidor 50g Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Papryka 50g Herbata czarna bez cukru 250ml
WYLICZENIA	Energia:1898 B:86 T:62 W:262 NKT:31 C:61 Bł:27 S:6	Energia:2064 B:88 T:78 W:288 NKT:28 C:58 Bł:38 S:6	Energia:1874 B:84 T:61 W:257 NKT:31 C:61 Bł:23 S:6	Energia:2048 B:89 T:74 W:269 NKT:32 C:66 Bł:28 S:6	Energia:1334 B:56 T:49 W:177 NKT:26 C:49 Bł:20 S:5	Energia:1871 B:86 T:62 W:257 NKT:31 C:61 Bł:27 S:6

EXPERT CATERING

MEDINET

PIĄTEK 10.07.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa kminkowa 40g** **Pasta z białej fasoli 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa kminkowa 40g** **Pasta z białej fasoli 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa kminkowa 40g** **Pasta z białej fasoli 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa kminkowa 40g** **Pasta z białej fasoli 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 250ml** *(zawiera,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa kminkowa 20g** **Pasta z białej fasoli 20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa kminkowa 40g** **Pasta z białej fasoli 40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Szynka z warzywami 60g**		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **100g**		
OBIAD	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryba panierowana** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Kiszona kapusta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryba pieczona** *(zawiera, 4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Kiszona kapusta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryba pieczona** *(zawiera, 4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryba panierowana** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Kiszona kapusta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Ryba pieczona** *(zawiera, 4 ryba)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Marchew na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryba pieczona** *(zawiera, 4 ryba)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **100g**			**Drożdżówka** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **1szt**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser biały chudy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **20g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru**

	Herbata czarna bez cukru 250ml		Herbata czarna bez cukru 250ml	250ml		250ml
WYLICZENIA	Energia:1875 B:89 T:79 W:214 NKT:39 C:36 Bł:22 S:6	Energia:2027 B:91 T:90 W:229 NKT:46 C:26 Bł:32 S:6	Energia:1859 B:88 T:77 W:220 NKT:38 C:36 Bł:19 S:6	Energia:1925 B:92 T:81 W:219 NKT:40 C:40 Bł:22 S:6	Energia:1389 B:60 T:62 W:157 NKT:30 C:30 Bł:16 S:5	Energia:1801 B:88 T:77 W:201 NKT:39 C:36 Bł:21 S:6

EXPERT CATERING

EXPERT CATERING

SOBOTA 11.07.2026

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)* **Pieczeń myśliwska 40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pieczeń myśliwska 40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 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)* **Pieczeń myśliwska 40g** **Serek jogurtowy** *(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)* **Pieczeń myśliwska 40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 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)* **Pieczeń myśliwska 20g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Rzodkiewka 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)* **Pieczeń myśliwska 40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 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)* **Pasta z zielonych warzyw 60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Jajka gotowane podane z sosem 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 gotowane podane z sosem 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 gotowane podane z sosem koperkowym** *(zawiera 3 jajko)* **2szt/100ml** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Jajka gotowane podane z sosem 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** **Jajko gotowane podane z sosem 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 gotowane podane z sosem jasnym** *(zawiera 3 jajko)* **2szt/100ml** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 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**	**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** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **40g** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1899** **B:78** **T:62** **W:271** **NKT:31** **C:67** **Bł:29** **S:6**	**Energia:2072** **B:87** **T:70** **W:296** **NKT:34** **C:55** **Bł:40** **S:6**	**Energia:1913** **B:78** **T:60** **W:277** **NKT:30** **C:68** **Bł:25** **S:6**	**Energia:2012** **B:85** **T:70** **W:275** **NKT:36** **C:70** **Bł:29** **S:6**	**Energia:1465** **B:56** **T:54** **W:192** **NKT:30** **C:55** **Bł:20** **S:4**	**Energia:1801** **B:88** **T:77** **W:201** **NKT:39** **C:36** **Bł:21** **S:6**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 12.07.2026

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** **Pasta warzywna 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** **Pasta warzywna 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** **Pasta warzywna 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** **Pasta warzywna 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** **Pasta warzywna 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** **Pasta warzywna 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)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie musztardowo-miodowym** *(zawiera 10 gorczycę)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Marchew baby na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie musztardowo-miodowym** *(zawiera 10 gorczycę)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Bitka drobiowa w sosie jasnym** *(zawiera 10 gorczycę)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Marchew baby na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie musztardowo-miodowym** *(zawiera 10 gorczycę)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Marchew baby na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **250 ml** **Bitka wieprzowa w sosie musztardowo-miodowym** *(zawiera 10 gorczycę)* **80g** **Ziemniaki 100g** **Marchew baby na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie musztardowo-miodowym** *(zawiera 10 gorczycę)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Marchew baby na parze 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)* **Szynka z pietruszką 40g** **Rolada ustrzycka** *(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 z pietruszką 40g** **Rolada ustrzycka** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z pietruszką 40g** **Serek lekki** *(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 z pietruszką 40g** **Rolada ustrzycka** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z pietruszką 20g** **Rolada ustrzycka** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Rolada ustrzycka** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2149** **B:96** **T:85** **W:260** **NKT:32** **C:59** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2223** **B:102** **T:83** **W:281** **NKT:30** **C:43** **Bł:37** **S:5**	**Energia:2141** **B:95** **T:80** **W:268** **NKT:31** **C:59** **Bł:24** **S:5**	**Energia:2227** **B:101** **T:87** **W:270** **NKT:33** **C:65** **Bł:28** **S:5**	**Energia:1647** **B:72** **T:68** **W:195** **NKT:28** **C:46** **Bł:20** **S:5**	**Energia:2129** **B:96** **T:85** **W:255** **NKT:32** **C:59** **Bł:25** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

PONIEDZIAŁEK 13.07.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Kasza manna na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 20g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **20g** **Papryka 30g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Ser biały chudy** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Smoothie owocowe na bazie kefiru** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **350g** **Sałatka warzywna 80g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony 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		**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)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab pieczony 40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab pieczony 40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab pieczony 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab pieczony 40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Schab pieczony 20g** **Rzodkiewka 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Schab pieczony 40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru**

	250ml	250ml				250ml
WYLICZENIA	Energia:1922 B:73 T:70 W:269 NKT:32 C:57 Bł:31 S:6	Energia:1957 B:79 T:70 W:275 NKT:30 C:47 Bł:40 S:6	Energia:1830 B:72 T:69 W:247 NKT:32 C:57 Bł:27 S:6	Energia:1949 B:77 T:72 W:258 NKT:33 C:62 Bł:31 S:6	Energia:1416 B:48 T:55 W:196 NKT:26 C:53 Bł:24 S:5	Energia:1899 B:73 T:70 W:261 NKT:32 C:57 Bł:31 S:6

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 14.07.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **20g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Pomidorki koktajlowe 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* *)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **60g**		**Budyń śmietankowy bez cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Kapuśniak na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pulpet w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko,)* **120g** **Ryż biały 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kapuśniak na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pulpet w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko,)* **120g** **Ryż brązowy 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pulpet w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko,)* **120g** **Ryż biały 200g** **Brokuł na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kapuśniak na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pulpet w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko,)* **120g** **Ryż biały 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Pulpet w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko,)* **100g** **Ryż biały 100g** **Surówka z czerwonej kapusty 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pulpet w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko,)* **120g** **Ryż biały 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Budyń śmietankowy bez cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	

KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 20g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1942** **B:90** **T:55** **W:290** **NKT:23** **C:47** **Bł:25** **S:5**	**Energia:2072** **B:96** **T:56** **W:319** **NKT:26** **C:40** **Bł:36** **S:6**	**Energia:1969** **B:90** **T:55** **W:296** **NKT:23** **C:47** **Bł:21** **S:5**	**Energia:2021** **B:94** **T:57** **W:302** **NKT:24** **C:55** **Bł:26** **S:5**	**Energia:1512** **B:63** **T:47** **W:223** **NKT:18** **C:35** **Bł:20** **S:4**	**Energia:1938** **B:90** **T:55** **W:290** **NKT:23** **C:47** **Bł:25** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 15.07.2026

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)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **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** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko, 9 seler)* **20g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **30g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Szynka z warzywami 60g**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny, 8 orzech laskowy)* **30g**		
OBIAD	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Kopytka z sosem pieczarkowym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **300g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Kaszotto warzywne 400g** *(kasza, pomidory, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, pieczarki, papryka, ciecierzyca)* **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Kaszotto warzywne 400g** *(kasza, pomidory, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, pieczarki, papryka, ciecierzyca)* **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Kopytka z sosem pieczarkowym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **300g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **250 ml** **Kopytka z sosem pieczarkowym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **250g** **Surówka z marchewki 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Kopytka z sosem pieczarkowym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **300g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny, 8 orzech laskowy)* **30g**			**Mus owocowy 100g**	

KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 40g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 40g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 40g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 40g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 20g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 20g** **Pomidor 30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 40g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1989** **B:71** **T:65** **W:293** **NKT:19** **C:44** **Bł:26** **S:6**	**Energia:2159** **B:75** **T:79** **W:299** **NKT:23** **C:35** **Bł:38** **S:6**	**Energia:1950** **B:67** **T:61** **W:294** **NKT:19** **C:43** **Bł:22** **S:6**	**Energia:2143** **B:73** **T:77** **W:299** **NKT:20** **C:49** **Bł:28** **S:6**	**Energia:1469** **B:48** **T:49** **W:213** **NKT:15** **C:35** **Bł:21** **S:4**	**Energia:1937** **B:68** **T:62** **W:291** **NKT:19** **C:43** **Bł:26** **S:6**