EXPERT CATERING

SOBOTA 01.08.2026

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 żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Ogórek zielony 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 drobiowa 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 żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **40g** **Ogórek zielony 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 drobiowa 20g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soja,10 gorczyca)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **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 drobiowa 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 jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Bigos staropolski z mięsem wieprzowym 200g** **Ziemniaki 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Gulasz z indyka z brokułem i marchewką 200g** **Ziemniaki 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Gulasz z indyka z brokułem i marchewką 200g** **Ziemniaki 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Bigos staropolski z mięsem wieprzowym 200g** **Ziemniaki 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **250 ml** **Gulasz z indyka z brokułem i marchewką 150g** **Ziemniaki 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z jasnych warzyw na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Gulasz z indyka z marchewką 200g** **Ziemniaki 200g** **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 z indyka 40g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z indyka 40g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z indyka 40g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z indyka 40g**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z indyka 20g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z indyka 40g**

	Twaróg z jogurtem *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Twaróg z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2033** **B:97** **T:81** **W:224** **NKT:31** **C:34** **Bł:28** **S:5**	**Energia:2087** **B:98** **T:95** **W:246** **NKT:27** **C:25** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1899** **B:91** **T:71** **W:243** **NKT:27** **C:45** **Bł:21** **S:5**	**Energia:2076** **B:100** **T:94** **W:228** **NKT:32** **C:38** **Bł:28** **S:5**	**Energia:1344** **B:57** **T:45** **W:168** **NKT:23** **C:35** **Bł:20** **S:3**	**Energia:2015** **B:97** **T:81** **W:220** **NKT:31** **C:34** **Bł:28** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 02.08.2026

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** **Schab benedykta** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **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** **Schab benedykta** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **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** **Schab benedykta** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **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** **Schab benedykta** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **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** **Schab benedykta** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **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** **Schab benedykta** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **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** **Bitka wieprzowa w sosie musztardowym** *(zawiera 10 gorczycę)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** (*zawiera*,9 seler**) 350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie musztardowym** *(zawiera 10 gorczycę)* **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 koperkowym** *(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** **Bitka wieprzowa w sosie musztardowym** *(zawiera 10 gorczycę)* **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 koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Ziemniaki 100g** **Fasolka na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** (*zawiera*,9 seler**) 350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie musztardowym** *(zawiera 10 gorczycę)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka 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)* **Sałatka z buraka z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(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**	**Chleb pszenny 100g** *(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**	**Chleb graham 100g** *(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**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z buraka z oliwą 50g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(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**
WYLICZENIA	**Energia 2151** **B: 93** **T: 78** **W: 285** **NKT: 35** **C: 35** **Bł: 28** **S: 6**	**Energia 2193** **B: 98** **T: 80** **W: 299** **NKT: 34** **C: 25** **Bł: 39** **S: 6**	**Energia 2029** **B: 78** **T: 76** **W: 284** **NKT: 35** **C: 35** **Bł: 21** **S: 5**	**Energia 2195** **B: 96** **T: 80** **W: 290** **NKT: 36** **C: 40** **Bł: 29** **S: 6**	**Energia 1534** **B: 54** **T: 54** **W: 235** **NKT: 25** **C: 35** **Bł: 18** **S: 4**	**Energia 2143** **B: 83** **T: 76** **W: 282** **NKT: 34** **C: 36** **Bł: 26** **S: 6**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

PONIEDZIAŁEK 03.08.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 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)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 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)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 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)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **20g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Papryka 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)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Serek śmietankowy** *(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 malinami** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz wieprzowy z mixem warzyw 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz wieprzowy z mixem warzyw 200g** **Ryż brązowy 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz drobiowy z mixem warzyw 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz wieprzowy z mixem warzyw 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Gulasz drobiowy z mixem warzyw 150g** **Ryż biały 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz wieprzowy z mixem warzyw 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt z malinami** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt z malinami** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*

	Masło 82% tłuszczu 15g *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g Pomidor 50g Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g Pomidor 50g Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g Pomidor 50g Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g Pomidor 50g Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **20g Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g Pomidor 30g Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g Pomidor 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia 1963** **B 89** **T 73** **W 250** **NKT 32** **C 40** **Bl 25** **S 6**	**Energia 2057** **B 90** **T 73** **W 273** **NKT 36** **C 30** **Bl 34** **S 6**	**Energia 1978** **B 82** **T 85** **W 257** **NKT 33** **C 41** **Bl 21** **S 5**	**Energia 2013** **B 93** **T 75** **W 254** **NKT 33** **C 44** **Bl 25** **S 6**	**Energia 1512** **B 55** **T 67** **W 197** **NKT 27** **C 31** **Bl 19** **S 3**	**Energia 2067** **B 85** **T 90** **W 243** **NKT 37** **C 41** **Bl 26** **S 5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 04.08.2026

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)* **Twaróg chudy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twaróg chudy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Ogórek zielony 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)* **Twaróg chudy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 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)* **Twaróg chudy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Ogórek zielony 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)* **Twaróg chudy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka drobiowa 20g** **Ogórek zielony 30g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twaróg chudy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 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)* **Bieluch z pestkami słonecznika** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Budyń śmietankowy bez cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Siekane kotlety z warzywami *(zawiera 3 jajko)* 80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Siekane kotlety z warzywami *(zawiera 3 jajko)* 80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Siekane kotlety z warzywami *(zawiera 3 jajko)* 80g** **Ziemniaki 200g** **Brokuł na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Siekane kotlety z warzywami *(zawiera 3 jajko)* 80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Siekane kotlety z warzywami *(zawiera 3 jajko)* 60g** **Ziemniaki 100g** **Surówka z białej kapusty 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ryżanka na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Siekane kotlety z warzywami *(zawiera 3 jajko)* 80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z białej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Budyń śmietankowy bez cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb wieloziarnisty**	**Chleb wieloziarnisty**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1)*	**Chleb wieloziarnisty**	**Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1*	**Chleb wieloziarnisty**

	100g *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pasta z fasolki 40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pasta z fasolki 40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pasta z fasolki 40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pasta z fasolki 40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soję)* **20g** **Pasta z fasolki 20g** **Rzodkiewka 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pasta z fasolki 40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2051** **B:92** **T:72** **W:289** **NKT:26** **C:45** **Bł:30** **S:5**	**Energia:2094** **B:95** **T:72** **W:299** **NKT:25** **C:36** **Bł:38** **S:5**	**Energia: 1976** **B:85** **T:69** **W:270** **NKT:25** **C:48** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2091** **B:98** **T:74** **W:299** **NKT:26** **C:55** **Bł:33** **S:5**	**Energia: 1550** **B:57** **T:55** **W:199** **NKT:23** **C:39** **Bł:23** **S:4**	**Energia:2046** **B:92** **T:72** **W:287** **NKT:26** **C:45** **Bł:30** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 05.08.2026

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** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **40g** **Roszponka 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** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **40g** **Roszponka 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 lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Wędlina z indyka 40g** **Pomidor 40g** **Roszponka 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** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **40g** **Roszponka 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** **Wędlina z indyka 20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Roszponka 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** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **60g**		**Koktajl owocowy na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,)* **300g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,)* **300g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,)* **300g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,)* **300g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,)* **250g** **Warzywa na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,)* **300g** **Warzywa na parze 100g** **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 wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami, mozzarellą i oliwą** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami, mozzarellą i oliwą** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami, mozzarellą i oliwą** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami, mozzarellą i oliwą** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami, mozzarellą i oliwą** *(zawiera 7 mleko)* **50g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Mix sałat z warzywami, mozzarellą i oliwą** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2012 B:81 T:75 W:291 NKT:34 C:49 BŁ:27 S:5**	**Energia:2082 B:88 T:73 W:305 NKT:32 C:46 BŁ:37 S:5**	**Energia:2015 B:81 T:74 W:291 NKT:34 C:50 BŁ:23 S:5**	**Energia:2068 B:85 T:83 W:303 NKT:35 C:60 BŁ:29 S:5**	**Energia:1572 B:52 T:59 W:229 NKT:29 C:41 BŁ:22 S:3**	**Energia:2007 B:82 T:81 W:291 NKT:35 C:47 BŁ:28 S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

CZWARTEK 06.08.2026

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 Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 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 Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 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 Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 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 Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 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 Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Kiełki 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 Jana** *(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		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny, 8 orzech laskowy)* **30g**		
OBIAD	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Racuchy z jabłkiem i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kaszotto wielowarzywne z dodatkiem ciecierzycy 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kaszotto wielowarzywne z dodatkiem ciecierzycy 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Racuchy z jabłkiem i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Racuchy z jabłkiem i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/50ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Racuchy z jabłkiem i polewą jogurtową** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/100ml** **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**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka kanapkowa** *(zawiera 6*

	(zawiera 6 soja,7mleko) **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soja,7mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soja,7mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soja,7mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soja,7mleko)* **20g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soja,7mleko)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2012** **B:81** **T:75** **W:291** **NKT:34** **C:49** **Bł:27** **S:5**	**Energia:2082** **B:88** **T:73** **W:305** **NKT:32** **C:46** **Bł:37** **S:5**	**Energia:2015** **B:81** **T:74** **W:291** **NKT:34** **C:50** **Bł:23** **S:5**	**Energia:2068** **B:85** **T:83** **W:303** **NKT:35** **C:60** **Bł:29** **S:5**	**Energia:1572** **B:52** **T:59** **W:229** **NKT:29** **C:41** **Bł:22** **S:3**	**Energia:2007** **B:82** **T:81** **W:291** **NKT:35** **C:47** **Bł:28** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

PIĄTEK 07.08.2026

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)* **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Szpinak baby 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)* **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Szpinak baby 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)* **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 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)* **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Szpinak baby 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)* **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Szpinak baby 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)* **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt** **Schab Ojca Grzegorza** *(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 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z soczewicy 60g**		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **100g**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Podudzie z kurczaka 2 szt.** **Ziemniaki 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Podudzie z kurczaka 2 szt.** **Ziemniaki 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Podudzie z kurczaka 2 szt.** **Ziemniaki 200g** **Dynia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Podudzie z kurczaka 2 szt.** **Ziemniaki 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **250 ml** **Podudzie z kurczaka 1 szt.** **Ziemniaki 100g** **Surówka z czerwonej kapusty 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Podudzie z kurczaka 2 szt.** **Ziemniaki 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 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** **Pomidor 50g** **Szczypiorek 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** **Pomidor 50g** **Szczypiorek 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 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** **Pomidor 50g** **Szczypiorek 5g**	**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** **Pomidor 30g** **Szczypiorek 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** **Pomidor 50g**

	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml
WYLICZENIA	Energia:2146 B:97 T:96 W:232 NKT:52 C:42 Bł:27 S:6	Energia:2282 B:101 T:96 W:256 NKT:54 C:31 Bł:35 S:6	Energia:2046 B:89 T:84 W:257 NKT:34 C:55 Bł:20 S:6	Energia:2194 B:101 T:98 W:236 NKT:41 C:46 Bł:27 S:6	Energia:1601 B:49 T:55 W:178 NKT:42 C:39 Bł:20 S:4	Energia:2099 B:97 T:96 W:229 NKT:52 C:41 Bł:26 S:6

EXPERT CATERING

SOBOTA 08.08.2026

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** **Papryka 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)* **Bieluch z pomidorkami** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierogi z ziemniakami i twarogiem okraszone cebulką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **6szt/50g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet z ciecierzycy** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Sałata z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierogi z ziemniakami i twarogiem z jogurtem naturalnym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **6szt/50g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierogi z ziemniakami i twarogiem okraszone cebulką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **6szt/50g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Pierogi z ziemniakami i twarogiem z jogurtem naturalnym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **4szt/50g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierogi z ziemniakami i twarogiem okraszone cebulką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **6szt/50g** **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** **Szynka z warzywami 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Szynka z warzywami 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Szynka z warzywami 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Szynka z warzywami 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **50g** **Szynka z warzywami 20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7mleko)* **60g** **Szynka z warzywami 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2174** **B:91** **T:72** **W:328** **NKT:32** **C:52** **Bł:31** **S:6**	**Energia:2032** **B:88** **T:75** **W:323** **NKT:30** **C:42** **Bł:39** **S:6**	**Energia:2128** **B:90** **T:72** **W:327** **NKT:33** **C:59** **Bł:29** **S:6**	**Energia:2184** **B:94** **T:74** **W:333** **NKT:33** **C:56** **Bł:31** **S:6**	**Energia:1659** **B:56** **T:42** **W:242** **NKT:28** **C:48** **Bł:23** **S:5**	**Energia:2134** **B:91** **T:72** **W:319** **NKT:32** **C:52** **Bł:31** **S:6**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 09.08.2026

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)* **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten 9 seler)* **350 ml** **Rolada w sosie jasnym 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** **Rolada w sosie jasnym 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** **Rolada w sosie jasnym 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** **Rolada w sosie jasnym 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** **Rolada w sosie jasnym 100g** **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** **Rolada w sosie jasnym 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)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)*	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)*

	Szynka konserwowa *(zawiera 6 soję)* **40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Serek** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **20g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2100** **B:86** **T:75** **W:284** **NKT:33** **C:56** **Bł:30** **S:5**	**Energia:2156** **B:99** **T:84** **W:264** **NKT:34** **C:49** **Bł:33** **S:5**	**Energia:2089** **B:81** **T:65** **W:303** **NKT:28** **C:58** **Bł:26** **S:5**	**Ener gia:2159** **B:93** **T:79** **W:296** **NKT:36** **C:62** **Bł:31** **S:5**	**Energia:1599** **B:62** **T:61** **W:217** **NKT:29** **C:45** **Bł:23** **S:3**	**Energia:2099** **B:87** **T:76** **W:288** **NKT:33** **C:56** **Bł:31** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

PONIEDZIAŁEK 10.08.2026

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 graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **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** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki owsiane 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**	**Płatki owsiane 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** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki owsiane 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** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki owsiane 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** **Pomidor 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	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **200g** **Ryż brązowy 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **150g** **Ryż biały 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **200g** **Ryż biały 200g** **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 jajeczna** *(zawiera 3*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **20g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3*

	jajko) **40g** **Schab pieczony 40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**40g** **Schab pieczony 40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**40g** **Schab pieczony 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Schab pieczony 40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Schab pieczony 20g** **Rzodkiewka 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*jajko)* **40g** **Schab pieczony 40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1814** **B:76** **T:61** **W:251** **NKT:32** **C:61** **Bł:23** **S:5**	**Energia:1933** **B:83** **T:64** **W:272** **NKT:31** **C:50** **Bł:36** **S:6**	**Energia:1812** **B:74** **T:58** **W:259** **NKT:33** **C:60** **Bł:21** **S:6**	**Energia:1874** **B:81** **T:63** **W:257** **NKT:34** **C:64** **Bł:23** **S:5**	**Energia:1461** **B:41** **T:44** **W:197** **NKT:19** **C:55** **Bł:19** **S:4**	**Energia:1800** **B:76** **T:61** **W:245** **NKT:32** **C:61** **Bł:23** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 11.08.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 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 z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 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 z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 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 z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Rucola 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 z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100 ml**		
OBIAD	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony pieczony** *(zawiera jajko,)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony pieczony** *(zawiera jajko,)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Buraczki na ciepło 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Kotlet mielony pieczony** *(zawiera jajko,)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Surówka z buraczków 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten,3 jajko,)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100 ml**			**Kisiel bez cukru 150g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g**	**Chleb graham 100g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera*

	(zawiera 1 gluten pszenica) **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 20g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia 1950** **B 80** **T 68** **W 261** **NKT 33** **C 28** **Bl 24** **S 6**	**Energia 2007** **B 79** **T 71** **W 278** **NKT 42** **C 20** **Bl 32** **S 6**	**Energia 1972** **B 79** **T 67** **W 270** **NKT 35** **C 32** **Bl 19** **S 6**	**Energia 2000** **B 82** **T 73** **W 265** **NKT 39** **C 33** **Bl 24** **S 6**	**Energia 1429** **B 52** **T 51** **W 198** **NKT 23** **C 20** **Bl 17** **S 4**	**Energia 1946** **B 78** **T 72** **W 259** **NKT 38** **C 28** **Bl 24** **S 6**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 12.08.2026

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)* **Szynka beskidzka 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek chudy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Sałata 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 20g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Sałata 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **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		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Placki ziemniaczane** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **2szt** **Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **80ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Makaron pełnoziarnisty z sosem warzywnym 400g** *(pomidory, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, ciecierzyca)* **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Makaron z sosem warzywnym 400g** *(pomidory, bakłażan, cukinia, fasolka szparagowa, ciecierzyca)* **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Placki ziemniaczane** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **2szt** **Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **80ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **250 ml** **Placki ziemniaczane** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **2szt** **Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **50ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Placki ziemniaczane** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **2szt** **Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **80ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Mus owocowy 100g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*

	Masło 82% tłuszczu 15g *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 40g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 40g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 40g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 40g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 20g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 20g** **Papryka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza 40g** **Pasta z ciecierzycy i słonecznika 40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2017** **B:80** **T:75** **W:269** **NKT:40** **C:59** **Bł:33** **S:6**	**Energia:2129** **B:94** **T:85** **W:279** **NKT:28** **C:55** **Bł:40** **S:6**	**Energia:1997** **B:88** **T:77** **W:263** **NKT:27** **C:63** **Bł:28** **S:6**	**Energia:2158** **B:83** **T:89** **W:276** **NKT:40** **C:64** **Bł:35** **S:6**	**Energia:1450** **B:57** **T:58** **W:188** **NKT:21** **C:58** **Bł:26** **S:5**	**Energia:1999** **B:84** **T:75** **W:264** **NKT:28** **C:59** **Bł:37** **S:6**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

CZWARTEK 13.08.2026

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 biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g Pomidor 50g Szczypior 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)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g Pomidor 50g Szczypior 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g Pomidor 50g Sałata 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g Pomidor 50g Szczypior 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **20g Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **20g Pomidor 30g Szczypior 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g Pomidor 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z fasolki 60g**		**Jogurt brzoskwiniowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Duszone kawałki wieprzowiny w sosie pieczeniowym 120g Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g Fasolka szparagowa 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Duszone kawałki wieprzowiny w sosie pieczeniowym 120g Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g Fasolka szparagowa 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Duszone kawałki drobiowe w sosie jasnym 120g Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g Fasolka szparagowa żółta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Duszone kawałki wieprzowiny w sosie pieczeniowym 120g Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g Fasolka szparagowa 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 9 seler*)* **250 ml** **Duszone kawałki wieprzowiny w sosie pieczeniowym 80g Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **100g Fasolka szparagowa 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Duszone kawałki wieprzowiny w sosie pieczeniowym 120g Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g Fasolka szparagowa żółta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt brzoskwiniowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt brzoskwiniowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb wieloziarnisty**	**Chleb wieloziarnisty**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb wieloziarnisty**	**Chleb wieloziarnisty**	**Chleb wieloziarnisty**

	100g *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 50g** **Szynka drobiowa 20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2033** **B:97** **T:89** **W:224** **NKT:31** **C:34** **BŁ:28** **S:5**	**Energia:2087** **B:98** **T:86** **W:246** **NKT:27** **C:25** **BŁ:34** **S:5**	**Energia:1899** **B:91** **T:67** **W:243** **NKT:27** **C:45** **BŁ:21** **S:5**	**Energia:2076** **B:100** **T:90** **W:228** **NKT:32** **C:38** **BŁ:28** **S:5**	**Energia:1344** **B:57** **T:53** **W:168** **NKT:23** **C:35** **BŁ:20** **S:3**	**Energia:2015** **B:97** **T:89** **W:220** **NKT:31** **C:34** **BŁ:28** **S:5**

MEDINET

PIĄTEK 14.08.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka z pietruszką 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)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka z pietruszką 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka z pietruszką 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka z pietruszką 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)* **Pasta z soczewicy 20g** **Szynka z pietruszką 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)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka z pietruszką 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)* **Bieluch z ogórkiem** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Pulpety rybne w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko, 4 rybę)* **2szt/80ml** **Ziemniaki 200g** **Kiszona kapusta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Pulpety rybne w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko, 4 rybę)* **2szt/80ml** **Ziemniaki 200g** **Kiszona kapusta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Pulpety rybne w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko, 4 rybę)* **2szt/80ml** **Ziemniaki 200g** **Dynia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Pulpety rybne w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko, 4 rybę)* **2szt/80ml** **Ziemniaki 200g** **Kiszona kapusta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **250 ml** **Paluszki rybne** *(zawiera 1 gluten, 4 rybę)* **2szt** **Ziemniaki 100g** **Dynia na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Pulpety rybne w sosie koperkowym** *(zawiera 3 jajko, 4 rybę)* **2szt/80ml** **Ziemniaki 200g** **Dynia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Bułka z kruszonką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **1szt**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina z indyka 40g** **Serek chrzanowy** (*zawiera* 7 mleko) **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina z indyka 40g** **Serek chrzanowy** (*zawiera* 7 mleko) **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina z indyka 40g** **Serek śmietankowy** (*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)* **Wędlina z indyka 40g** **Serek chrzanowy** (*zawiera* 7 mleko) **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina z indyka 20g** **Serek śmietankowy** (*zawiera* 7 mleko) **20g** **Rzodkiewka 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina z indyka 40g** **Serek śmietankowy** (*zawiera* 7 mleko) **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 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:1489** **B:55** **T:52** **W:177** **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 15.08.2026

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)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Papryka 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Papryka 50g** **Szpinak baby 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)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 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 7mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Papryka 50g** **Szpinak baby 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)* **Kurczak gotowany 20g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **20g** **Papryka 30g** **Szpinak baby 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)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **60g**		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **100g**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Filet z kurczaka faszerowany pomidorkami w sosie jasnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Filet z kurczaka faszerowany pomidorkami w sosie jasnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Filet z kurczaka faszerowany pomidorkami w sosie jasnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Filet z kurczaka faszerowany pomidorkami w sosie jasnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **250 ml** **Filet z kurczaka faszerowany pomidorkami w sosie jasnym 100g** **Ziemniaki 100g** **Surówka warzywna 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** (*zawiera 1 gluten 9 seler*) **350 ml** **Filet z kurczaka faszerowany pomidorkami w sosie jasnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **100g**			**Mus owocowy 100g**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7*	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**

	15g *(zawiera 7 mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z liściem 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z liściem 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z liściem 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z liściem 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka z liściem 20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z liściem 40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2078** **B:95** **T:93** **W:226** **NKT:48** **C:42** **Bł:23** **S:6**	**Energia:2198** **B:96** **T:93** **W:257** **NKT:46** **C:35** **Bł:31** **S:6**	**Energia:1980** **B:91** **T:88** **W:240** **NKT:47** **C:42** **Bł:19** **S:6**	**Energia:2130** **B:99** **T:94** **W:231** **NKT:49** **C:47** **Bł:23** **S:6**	**Energia:1499** **B:60** **T:69** **W:165** **NKT:34** **C:38** **Bł:16** **S:5**	**Energia:2056** **B:97** **T:90** **W:225** **NKT:46** **C:43** **Bł:26** **S:6**

EXPERT CATERING

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 16.08.2026

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 1gluten ,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Frankfurterki z musztardą** *(zawiera 10 gorczycę)* **1szt/10g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Frankfurterki z musztardą** *(zawiera 10 gorczycę)* **1szt/10g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1gluten ,7 mleko)* **Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1gluten ,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Frankfurterki z musztardą** *(zawiera 10 gorczycę)* **1szt/10g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Kasza manna na mleku 250ml** *(zawiera 1gluten ,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka drobiowa z ketchupem 1szt/10g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1gluten ,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Frankfurterki z musztardą** *(zawiera 10 gorczycę)* **1szt/10g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Zraz w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Zraz w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Zraz w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Zraz w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **250 ml** **Zraz w sosie ciemnym 80g** **Ziemniaki 100g** **Warzywa na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Zraz w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Ciasto** *(zawiera 1,3)* **60g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*

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