PONIEDZIAŁEK 17.08.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki jaglane na mleku** *(7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **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)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku** *(7 mleko)* **350ml** **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku** *(7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku** *(7 mleko)* **250ml** **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **20g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku** *(7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasztet z żurawiną** *(zawiera 9 seler)* **60g**		**Koktajl mango na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kurczak w sosie curry z warzywami 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kurczak w sosie curry z warzywami 200g** **Ryż brązowy 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kurczak w sosie z warzywami 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kurczak w sosie curry z warzywami 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **250 ml** **Kurczak w sosie curry z warzywami 150g** **Ryż biały 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kurczak w sosie curry z warzywami 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Koktajl mango na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Koktajl mango na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	
KOLACJA	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **Papryka 50g** **Kiełki 5g**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)*	**Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **Papryka 50g** **Kiełki 5g**	**Chleb słonecznikowy 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 20g** **Szynka drobiowa 20g** **Papryka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka zbójnicka 40g** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **Papryka 50g**

	Herbata czarna bez cukru 250ml	Papryka 50g Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml		Herbata czarna bez cukru 250ml		Herbata czarna bez cukru 250ml
WYLICZENIA	Energia:2077 B:91 T:76 W:275 NKT:34 C:55 Bł:33 S:4	Energia:2166 B:106 T:75 W:290 NKT:34 C:42 Bł:39 S:6	Energia:1970 B:89 T:59 W:287 NKT:25 C:56 Bł:27 S:5	Energia:2190 B:98 T:84 W:279 NKT:34 C:58 Bł:32 S:4	Energia:1617 B:68 T:62 W:209 NKT:22 C:48 Bł:25 S:3	Energia:2034 B:91 T:76 W:273 NKT:34 C:55 Bł:33 S:4

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 18.08.2026

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** **Kiełbasa żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Kiełbasa żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1,7)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Kiełbasa żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Kiełbasa żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Kiełbasa żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Serek grani** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Klops w sosie pomidorowym z bazylią** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kasza gryczana 200g** **Marchew baby na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Klops w sosie pomidorowym z bazylią** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kasza gryczana 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Klops w sosie pomidorowym z bazylią** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kasza gryczana 200g** **Marchew baby na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Klops w sosie pomidorowym z bazylią** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kasza gryczana 200g** **Marchew baby na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **250 ml** **Klops w sosie pomidorowym z bazylią** *(zawiera 3 jajko)* **100g** **Kasza gryczana 100g** **Marchew baby na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kalafiorowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Klops w sosie pomidorowym z bazylią** *(zawiera 3 jajko)* **120g** **Kasza gryczana 200g** **Marchew baby na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Kisiel bez cukru 150g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb pszenny 100g**

	(zawiera 1 gluten pszenica) **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **20g** **Indyk maślany 20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2024** **B:80** **T:79** **W:262** **NKT:28** **C:47** **Bł:29** **S:5**	**Energia:2080** **B:84** **T:81** **W:272** **NKT:29** **C:39** **Bł:39** **S:5**	**Energia:1999** **B:79** **T:72** **W:270** **NKT:27** **C:50** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2072** **B:84** **T:80** **W:267** **NKT:29** **C:52** **Bł:29** **S:5**	**Energia:1564** **B:58** **T:63** **W:202** **NKT:27** **C:39** **Bł:22** **S:3**	**Energia:2012** **B:79** **T:76** **W:267** **NKT:27** **C:51** **Bł:30** **S:5**

EXPERT CATERING

ŚRODA 19.08.2026

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)* **Jajko z majonezem 1szt/10g** *(zawiera 3 jajko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko z majonezem 1szt/10g** *(zawiera 3 jajko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten, 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko 1szt** *(zawiera 3 jajko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten, 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko z majonezem 1szt/10g** *(zawiera 3 jajko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten, 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko 1szt** *(zawiera 3 jajko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten, 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko 1szt** *(zawiera 3 jajko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **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**		**Budyń bez cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Krupnik na wywarze warzywnym** (*zawiera 1 gluten. 9 seler*) **350 ml** **Kopytka z sosem pieczarkowym** *(zawiera 3 jajko)* **300g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik na wywarze warzywnym** (*zawiera 1 gluten. 9 seler*) **350 ml** **Makaron pełnoziarnisty z sosem pieczarkowym** *(zawiera 3 jajko)* **300g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik na wywarze warzywnym** (*zawiera 1 gluten. 9 seler*) **350 ml** **Kopytka z sosem pieczarkowym** *(zawiera 3 jajko)* **300g** **Buraczki na ciepło 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik na wywarze warzywnym** (*zawiera 1 gluten. 9 seler*) **350 ml** **Kopytka z sosem pieczarkowym***(zawiera 3 jajko)* **300g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik na wywarze warzywnym** (*zawiera 1 gluten. 9 seler*) **250 ml** **Kopytka z sosem pieczarkowym** *(zawiera 3 jajko)* **250g** **Surówka z buraczków 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik na wywarze warzywnym** (*zawiera 1 gluten. 9 seler*) **350 ml** **Kopytka z sosem pieczarkowym** *(zawiera 3 jajko)* **300g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Budyń bez cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**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)* **Schab pieczony 40g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab pieczony 40g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab pieczony 40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab pieczony 20g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab pieczony 40g**

	Schab pieczony 40g **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2050** **B:86** **T:75** **W:284** **NKT:33** **C:56** **Bł:30** **S:5**	**Energia:2099** **B:99** **T:84** **W:264** **NKT:34** **C:49** **Bł:33** **S:5**	**Energia:2014** **B:81** **T:65** **W:303** **NKT:28** **C:58** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2091** **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:2039** **B:87** **T:76** **W:288** **NKT:33** **C:56** **Bł:31** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

CZWARTEK 20.08.2026

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 wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta mięsna z brokułem 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Sałata 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 mięsna z brokułem 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta mięsna z brokułem 40g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta mięsna z brokułem 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta mięsna z brokułem 20g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta mięsna z brokułem 40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pieczeń w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Kalafior z bułką tartą** *(zawiera 1 gluten)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pieczeń w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pieczeń w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Bakłażan na parze** *(zawiera 1 gluten)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pieczeń w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Kalafior z bułką tartą** *(zawiera 1 gluten)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Pieczeń w sosie ciemnym 80g** **Ziemniaki 100g** **Kalafior z bułką tartą** *(zawiera 1 gluten)* **60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pieczeń w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Kalafior z bułką tartą** *(zawiera 1 gluten)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Wafle ryżowe 2szt**	

KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 rybę)* **60g** **Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 rybę)* **60g** **Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 rybę)* **60g** **Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 rybę)* **60g** **Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 rybę)* **50g** **Szynka drobiowa 20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z tuńczykiem i warzywami** *(zawiera 4 rybę)* **60g** **Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2172** **B:79** **T:97** **W:257** **NKT:45** **C:52** **Bł:24** **S:6**	**Energia:2185** **B:92** **T:89** **W:272** **NKT:39** **C:42** **Bł:37** **S:6**	**Energia:2040** **B:77** **T:88** **W:242** **NKT:40** **C:52** **Bł:19** **S:6**	**Energia:2232** **B:83** **T:99** **W:262** **NKT:47** **C:57** **Bł:24** **S:6**	**Energia:1429** **B:50** **T:65** **W:168** **NKT:32** **C:51** **Bł:16** **S:4**	**Energia:2111** **B:78** **T:97** **W:250** **NKT:45** **C:52** **Bł:26** **S:6**

PIĄTEK 21.08.2026

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 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* 40g **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* 40g **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* 40g **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* 40g **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* 20g **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* 40g **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z fasolki 60g**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**		
OBIAD	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Naleśniki ze szpinakiem z delikatnym sosem jogurtowym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem w delikatnym sosie kremowym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **300g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Naleśniki ze szpinakiem z delikatnym sosem jogurtowym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Naleśniki ze szpinakiem z delikatnym sosem jogurtowym** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/100ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **250 ml** **Naleśniki z dżemem z polewą owocową** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/50ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Gulaszowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Naleśniki z dżemem z polewą owocową** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 7 mleko)* **2szt/50ml** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**			**Paluch drożdżowy** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **1szt**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Bułka weka 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **20g** **Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka wiejska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2107** **B:89** **T:86** **W:259** **NKT:37** **C:67** **Bł:34** **S:5**	**Energia:2127** **B:90** **T:92** **W:250** **NKT:37** **C:40** **Bł:33** **S:6**	**Energia:1979** **B:76** **T:83** **W:239** **NKT:30** **C:58** **Bł:17** **S:6**	**Energia:2279** **B:99** **T:98** **W:265** **NKT:41** **C:69** **Bł:34** **S:6**	**Energia:1535** **B:62** **T:55** **W:184** **NKT:30** **C:51** **Bł:19** **S:4**	**Energia:2059** **B:89** **T:86** **W:255** **NKT:37** **C:67** **Bł:33** **S:5**

EXPERT CATERING

SOBOTA 22.08.2026

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)* **Wędlina drobiowa z indyka 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa z indyka 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa z indyka 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa z indyka 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa z indyka 20g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa z indyka 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g**		**Shake truskawkowy na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z indyka z warzywami i mleczkiem kokosowym 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z indyka z warzywami i mleczkiem kokosowym 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z indyka z warzywami i mleczkiem kokosowym 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z indyka z warzywami i mleczkiem kokosowym 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Gulasz z indyka z warzywami i mleczkiem kokosowym 150g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z indyka z warzywami i mleczkiem kokosowym 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera 1 gluten)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK						

		Shake truskawkowy na bazie maślanki *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Shake truskawkowy na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę, 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę, 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Serek** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę, 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę, 7 mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasta rybna** *(zawiera 4 rybę, 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1898** **B:86** **T:62** **W:262** **NKT:31** **C:61** **Bł:27** **S:6**	**Energia:1964** **B:88** **T:58** **W:288** **NKT:28** **C:58** **Bł:38** **S:6**	**Energia:1874** **B:84** **T:61** **W:257** **NKT:31** **C:61** **Bł:23** **S:6**	**Energia:1948** **B:89** **T:64** **W:269** **NKT:32** **C:66** **Bł:28** **S:6**	**Energia:1434** **B:56** **T:49** **W:177** **NKT:26** **C:49** **Bł:20** **S:5**	**Energia:1871** **B:86** **T:62** **W:257** **NKT:31** **C:61** **Bł:27** **S:6**

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 23.08.2026

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 ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Indyk maślany 40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Indyk maślany 40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Indyk maślany 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Indyk maślany 40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko)* **60g** **Indyk maślany 20g** **Ogórek zielony 30g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Indyk maślany 40g** **Rzodkiewka 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Szynka z warzywami 60g**		**Serek Bieluch z dynią i słonecznikiem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Szynka wieprzowa w sosie z porem i marchewką 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** **Szynka wieprzowa w sosie z porem i marchewką 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 drobiowy w sosie z porem i marchewką 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** **Szynka wieprzowa w sosie z porem i marchewką 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)* **250 ml** **Filet drobiowy w sosie z porem i marchewką 100g** **Ziemniaki 100g** **Cukinia na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Szynka wieprzowa w sosie z porem i marchewką 120g** **Ziemniaki 200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**

PODWIECZOREK		**Serek Bieluch z dynią i słonecznikiem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Ciasto** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **40 g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **20g** **Pomidor 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soja)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2431** **B:116** **T:95** **W:293** **NKT:41** **C:56** **Bł:30** **S:5**	**Energia:2368** **B:123** **T:85** **W:297** **NKT:34** **C:45** **Bł:38** **S:6**	**Energia:2358** **B:111** **T:82** **W:303** **NKT:** **C:38** **Bł:55** **S:6**	**Energia:2502** **B:120** **T:99** **W:300** **NKT:46** **C:58** **Bł:32** **S:5**	**Energia:1716** **B:84** **T:77** **W:208** **NKT:38** **C:48** **Bł:23** **S:4**	**Energia:2382** **B:116** **T:89** **W:295** **NKT:41** **C:56** **Bł:31** **S:5**

MEDINET

PONIEDZIAŁEK 24.08.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki owsiane na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **350ml** **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml** **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 20g** **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **20g** **Papryka 30g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Płatki owsiane na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Paprykarz** *(zawiera 4 rybę)* **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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam*) **60g**		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **350 ml** **Kociołek wielowarzywny** *(ciecierzyca, papryka, pomidor, fasolka, pieczarki, bakłażan)* **z pieczonymi ziemniakami 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **350 ml** **Kociołek wielowarzywny** *(ciecierzyca, papryka, pomidor, fasolka, pieczarki, bakłażan)* **z pieczonymi ziemniakami 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **350 ml** **Kociołek wielowarzywny** *(ciecierzyca, papryka, pomidor, fasolka, pieczarki, bakłażan)* **z pieczonymi ziemniakami 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **350 ml** **Kociołek wielowarzywny** *(ciecierzyca, papryka, pomidor, fasolka, pieczarki, bakłażan)* **z pieczonymi ziemniakami 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **250 ml** **Kociołek wielowarzywny***(ciecierzyca, papryka, pomidor, fasolka, pieczarki, bakłażan)* **z pieczonymi ziemniakami 350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **350 ml** **Kociołek wielowarzywny***(ciecierzyca, papryka, pomidor, fasolka, pieczarki, bakłażan)* **z pieczonymi ziemniakami 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)*	**Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab benedykta** *(zawiera 6*	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab benedykta** *(zawiera 6 soję, 7*	**Chleb słonecznikowy 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab benedykta** *(zawiera 6 soję, 7*	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)*

	Schab benedykta *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab benedykta** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soję, 7 mleko)* **40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*mleko)* **20g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Schab benedykta** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2077** **B:85** **T:70** **W:287** **NKT:28** **C:46** **Bł:32** **S:5**	**Energia:2101** **B:84** **T:70** **W:299** **NKT:25** **C:32** **Bł:38** **S:6**	**Energia: 2032** **B:82** **T:62** **W:300** **NKT:28** **C:47** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2113** **B:89** **T:70** **W:290** **NKT:28** **C:48** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1540** **B:59** **T:50** **W:209** **NKT:24** **C:37** **Bł:20** **S:4**	**Energia: 2060** **B:83** **T:70** **W:284** **NKT:28** **C:47** **Bł:33** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 25.08.2026

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 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta białej fasolki 40g** **Indyk maślany 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 białej fasolki 40g** **Indyk maślany 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta białej fasolki 40g** **Indyk maślany 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta białej fasolki 40g** **Indyk maślany 40g Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta białej fasolki 20g** **Indyk maślany 20g** **Pomidor 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta białej fasolki 40g** **Indyk maślany 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)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Budyń bez dodatku cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Stek wieprzowy z cebulką** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Stek wieprzowy z cebulką** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Stek drobiowy pieczony** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Buraczki na ciepło 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Stek wieprzowy z cebulką** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **250 ml** **Stek wieprzowy** *(zawiera 3 jajko)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Mizeria** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Stek wieprzowy** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Buraczki na ciepło 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Budyń bez dodatku cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	

KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera1 gluten)* **40g** **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7)* **Polędwica sopocka** *(zawiera1 gluten)* **40g** **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera1 gluten)* **40g** **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera1 gluten)* **40g** **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera1 gluten)* **20g** **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczyca)* **30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera1 gluten)* **40g** **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1952** **B:96** **T:75** **W:235** **NKT:25** **C:43** **Bł:29** **S:5**	**Energia:1975** **B:97** **T:76** **W:239** **NKT:30** **C:29** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1898** **B:91** **T:69** **W:225** **NKT:21** **C:40** **Bł:20** **S:5**	**Energia:1906** **B:96** **T:74** **W:223** **NKT:25** **C:45** **Bł:25** **s:5**	**Energia:1545** **B:65** **T:50** **W:167** **NKT:18** **C:35** **Bł:18** **S;4**	**Energia:1889** **B:92** **T:63** **W:225** **NKT:23** **C:39** **Bł:25** **S:5**

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 26.08.2026

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 graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Papryka 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa 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 drobiowa 40g** **Papryka 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa 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)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Papryka 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka drobiowa 20g** **Papryka 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 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		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasztet z żurawiną** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* **60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera. 9 seler)* **350 ml** **Rissotto wielowarzywne z ciecierzycą 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera. 9 seler)* **350 ml** **Rissotto wielowarzywne z ciecierzycą 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera. 9 seler)* **350 ml** **Rissotto wielowarzywne z ciecierzycą 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grochowa na wywarze warzywnym** *(zawiera. 9 seler)* **350 ml** **Rissotto wielowarzywne z ciecierzycą 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera. 9 seler)* **250 ml** **Rissotto wielowarzywne z ciecierzycą 350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Wielowarzywna na wywarze warzywnym** *(zawiera. 9 seler)* **350 ml** **Rissotto wielowarzywne z ciecierzycą 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Mus owocowy 100g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1*	**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)* **Sałatka ziemniaczana z rzodkiewką i sosem koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka ziemniaczana z rzodkiewką i sosem koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka ziemniaczana z rzodkiewką i sosem koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka ziemniaczana z rzodkiewką i sosem koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka ziemniaczana z rzodkiewką i sosem koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **50g** **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka ziemniaczana z rzodkiewką i sosem koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1855** **B:93** **T:82** **W:203** **NKT:42** **C:37** **Bł:30** **S:6**	**Energia:1962** **B:98** **T:85** **W:223** **NKT:40** **C:28** **Bł:37** **S:6**	**Energia:1826** **B:65** **T:73** **W:243** **NKT:43** **C:48** **Bł:29** **S:6**	**Energia:1896** **B:96** **T:83** **W:208** **NKT:43** **C:42** **Bł:30** **S:6**	**Energia:1394** **B:51** **T:56** **W:183** **NKT:32** **C:46** **Bł:25** **S:5**	**Energia:1844** **B:79** **T:74** **W:234** **NKT:42** **C:41** **Bł:33** **S:6**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

CZWARTEK 27.08.2026

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)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 250ml** *(zawiera,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 20g** **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Serek topiony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Serek z pestkami dyni** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Koktajl malinowy** *(zawiera 7 mleko)* **100g**		
OBIAD	**Kalafiorowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Makaron penne z indykiem, brokułami w sosie kremowym** *(zawiera 1 gluten 3 jajko, 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kalafiorowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Makaron penne z indykiem, brokułami w sosie kremowym** *(zawiera 1 gluten 3 jajko, 7 mleko)* **300g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Makaron penne z indykiem, brokułami w sosie kremowym** *(zawiera 1 gluten 3 jajko, 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kalafiorowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Makaron penne z indykiem, brokułami w sosie kremowym** *(zawiera 1 gluten 3 jajko, 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **250 ml** **Makaron penne z indykiem, brokułami w sosie kremowym** *(zawiera 1 gluten 3 jajko, 7 mleko)* **350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Kalafiorowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9seler)* **350 ml** **Makaron penne z indykiem, brokułami w sosie kremowym** *(zawiera 1 gluten 3 jajko, 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Koktajl malinowy** *(zawiera 7 mleko)* **100g**			**Koktajl malinowy** *(zawiera 7 mleko)* **100g**	

KOLACJA	**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** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soję)* **20g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **20g** **Papryka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2049** **B:93** **T:83** **W:247** **NKT:34** **C:57** **Bł:32** **S:5**	**Energia:2097** **B:95** **T:89** **W:266** **NKT:33** **C:45** **Bł:39** **S:5**	**Energia: 2003** **B:89** **T:78** **W:254** **NKT:31** **C:57** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2120** **B:95** **T:89** **W:255** **NKT:35** **C:60** **Bł:33** **S:5**	**Energia: 1500** **B:60** **T:49** **W:199** **NKT:29** **C:47** **Bł:25** **S:3**	**Energia: 2031** **B:93** **T:89** **W:242** **NKT:34** **C:57** **Bł:32** **S:5**

MEDINET

PIĄTEK 28.08.2026

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 wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet Jana** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* 40g **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Sałata 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)* **Pasztet Jana** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* 40g **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet Jana** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* 40g **Ser biały** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe 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)* **Pasztet Jana** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* 40g **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe 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)* **Pasztet Jana** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* 20g **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki ryżowe 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)* **Pasztet Jana** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko, 9 seler)* 40g **Ser salami** *(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 100g** *(zawiera 1 gluten - pszenica)* **Szynka z warzywami 60g**		**Jogurt** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **350 ml** **Ryba po grecku 150g** **Ziemniaki 150g** **Surówka z warzyw 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **350 ml** **Ryba po grecku 150g** **Ziemniaki 150g** **Surówka z warzyw 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **350 ml** **Ryba po grecku 150g** **Ziemniaki 150g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **350 ml** **Ryba po grecku 150g** **Ziemniaki 150g** **Surówka z warzyw 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **250 ml** **Ryba po grecku 100g** **Ziemniaki 100g** **Surówka z warzyw 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten, 9seler)* **350 ml** **Ryba po grecku 150g** **Ziemniaki 150g** **Surówka z warzyw 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Bułka maślana** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **1szt**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g**	**Chleb pszenny 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)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka wieprzowa 40g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 20g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g**

	Szynka wieprzowa 40g Pomidor 50g Szczypiorek 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Szynka wieprzowa 40g Pomidor 50g Szczypiorek 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Pasta warzywna 40g Szynka wieprzowa 40g Pomidor 50g Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Pomidor 50g Szczypiorek 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Szynka wieprzowa 20g Pomidor 30g Kiełki 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Szynka wieprzowa 40g Pomidor 50g Herbata czarna bez cukru 250ml
WYLICZENIA	Energia:1898 B:88 T:54 W:281 NKT:22 C:55 Bł:30 S:6	Energia:2009 B:95 T:55 W:302 NKT:25 C:44 Bł:38 S:6	Energia:1938 B:87 T:51 W:294 NKT:20 C:56 Bł:28 S:6	Energia:1958 B:92 T:56 W:287 NKT:23 C:59 Bł:30 S:6	Energia:1628 B:65 T:49 W:245 NKT:21 C:57 Bł:27 S:5	Energia:1854 B:88 T:54 W:276 NKT:22 C:54 Bł:30 S:6

EXPERT CATERING

EXPERT CATERING

SOBOTA 29.08.2026

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 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Indyk maślany 40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Indyk maślany 20g** **Rzodkiewka 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Twarożek z jogurtem** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Indyk maślany 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)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g**		**Shake brzoskwiniowy na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Kotlet jajeczny z pietruszką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Kotlet jajeczny z pietruszką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Pieczony kotlet jajeczny z pietruszką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Kotlet jajeczny z pietruszką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **250 ml** **Kotlet jajeczny z pietruszką** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Surówka warzywna 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten,9 seler)* **350 ml** **Kotlet jajeczny** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Shake brzoskwiniowy na bazie maślanki** *(zawiera 7*			**Shake brzoskwiniowy na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	

		mleko) **150ml**				
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Sałatka wielowarzywna z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Sałatka wielowarzywna z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Sałatka wielowarzywna z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Sałatka wielowarzywna z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Sałatka wielowarzywna z oliwą 50g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Sałatka wielowarzywna z oliwą 60g** **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1944** **B:71** **T:79** **W:232** **NKT:34** **C:37** **Bł:32** **S:6**	**Energia:2000** **B:81** **T:82** **W:258** **NKT:36** **C:41** **Bł:40** **S:6**	**Energia:1886** **B:75** **T:63** **W:268** **NKT:34** **C:57** **Bł:28** **S:6**	**Energia:1994** **B:75** **T:81** **W:237** **NKT:35** **C:41** **Bł:32** **S:6**	**Energia:1581** **B:58** **T:73** **W:187** **NKT:32** **C:40** **Bł:24** **S:5**	**Energia:1921** **B:70** **T:79** **W:228** **NKT:34** **C:37** **Bł:32** **S:6**

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 30.08.2026

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 jęczmień ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem 1szt/10g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7mleko)* **250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z kalafiora 60g**		**Serek Bieluch z żurawiną** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** *(zawiera,9 seler)* **350 ml** **Udko z kurczaka 1szt** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** *(zawiera,9 seler)* **350 ml** **Udko z kurczaka 1szt** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** *(zawiera,9 seler)* **350 ml** **Udko z kurczaka 1szt** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** *(zawiera,9 seler)* **350 ml** **Udko z kurczaka 1szt** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** *(zawiera,9 seler)* **250 ml** **Udko z kurczaka 1szt** **Ziemniaki 100g** **Surówka warzywna 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze warzywnym** *(zawiera,9 seler)* **350 ml** **Udko z kurczaka 1szt** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Serek Bieluch z żurawiną** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Ciasto** *(zawiera 1 gluten 3 jajko)* **40 g**	

KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z warzywami 40g** **Pasta z soczewicy 40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z warzywami 40g** **Pasta z soczewicy 40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z warzywami 40g** **Pasta z soczewicy 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z warzywami 40g** **Pasta z soczewicy 40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z warzywami 20g** **Pasta z soczewicy 20g** **Papryka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z warzywami 40g** **Pasta z soczewicy 40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2289** **B:93** **T:95** **W:283** **NKT:50** **C:64** **Bł:28** **S:6**	**Energia:2369** **B:99** **T:97** **W:304** **NKT:48** **C:57** **Bł:39** **S:6**	**Energia:2201** **B:91** **T:93** **W:293** **NKT:49** **C:64** **Bł:26** **S:6**	**Energia:2361** **B:97** **T:96** **W:292** **NKT:51** **C:69** **Bł:29** **S:6**	**Energia:1649** **B:60** **T:69** **W:206** **NKT:38** **C:55** **Bł:21** **S:5**	**Energia:2256** **B:93** **T:95** **W:278** **NKT:50** **C:64** **Bł:28** **S:6**

MEDINET

PONIEDZIAŁEK 31.08.2026

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 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki jaglane na mleku 250ml** *(zawiera mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **20g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten)* **40g** **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **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)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Potrawka wieprzowa z warzywami sezonowymi 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Potrawka wieprzowa z warzywami sezonowymi 200g** **Ryż brązowy 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Potrawka drobiowa z warzywami sezonowymi 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Potrawka wieprzowa z warzywami sezonowymi 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Potrawka drobiowa z warzywami sezonowymi 150g** **Ryż biały 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Potrawka wieprzowa z warzywami sezonowymi 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**	
KOLACJA	**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 pszenny 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 pszenny 70g** *(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)*

	Schab pieczony 40g **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Schab pieczony 40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Schab pieczony 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Schab pieczony 40g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Schab pieczony 20g** **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Schab pieczony 40g** **Serek śmietankowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2289** **B:93** **T:95** **W:283** **NKT:50** **C:64** **Bł:28** **S:6**	**Energia:2369** **B:99** **T:97** **W:304** **NKT:48** **C:57** **Bł:39** **S:6**	**Energia:2201** **B:91** **T:93** **W:293** **NKT:49** **C:64** **Bł:26** **S:6**	**Energia:2361** **B:97** **T:96** **W:292** **NKT:51** **C:69** **Bł:29** **S:6**	**Energia:1649** **B:60** **T:69** **W:206** **NKT:38** **C:55** **Bł:21** **S:5**	**Energia:2256** **B:93** **T:95** **W:278** **NKT:50** **C:64** **Bł:28** **S:6**