MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 01.09.2026

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, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 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)* **Wędlina z indyka 40g** **Serek kanapkowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina z indyka 20g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenic, żytoa)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata zielona bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Pasta z zielonych warzyw 60g**		**Budyń śmietankowy bez cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierś z kurczaka w sosie koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierś z kurczaka w sosie koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierś z kurczaka w sosie koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierś z kurczaka w sosie koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Pierś z kurczaka w sosie koperkowym** *(zawiera 7 mleko)* **80g** **Ziemniaki 100g** **Surówka z marchewki 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Pierś z kurczaka w sosie jasnym** *(zawiera 7 mleko)* **120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z marchewki 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**	**Chleb wieloziarnisty**	**Chleb wieloziarnisty**	**Chleb wieloziarnisty**

	100g *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **20g** **Szynka drobiowa 20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 rybę)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2042** **B:91** **T:83** **W:239** **NKT:41** **Bł:29** **C:43** **S:5**	**Energia:2096** **B:93** **T:83** **W:263** **NKT:30** **Bł:37** **C:38** **S:5**	**Energia:2034** **B:82** **T:82** **W:255** **NKT:34** **Bł:24** **C:45** **S:5**	**Energia:2089** **B:94** **T:83** **W:252** **NKT:41** **Bł:31** **C:50** **S:5**	**Energia:1503** **B:57** **T:64** **W:184** **NKT:29** **Bł:21** **C:35** **S:4**	**Energia:2035** **B:91** **T:83** **W:237** **NKT:41** **Bł:29** **C:43** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 02.09.2026

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 pszenica,3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7mleko)* **250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7mleko)* **250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica,3 jajko,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7mleko)* **250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica,3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7mleko)* **250ml**	**Zacierka na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten pszenica,3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 20g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7mleko)* **250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica,3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z soczewicy 40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,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, żyto)* **Serek ziołowy** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**		
OBIAD	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron świderki z białym twarogiem i polewą owocową na bazie jogurtu** *(zawiera 1 gluten pszenica, 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron pełnoziarnisty z białym twarogiem i polewą na bazie jogurtu** *(zawiera 1 gluten pszenica, 7 mleko)* **300g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron świderki z białym twarogiem i polewą na bazie jogurtu** *(zawiera 1 gluten pszenica, 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron świderki z białym twarogiem i polewą owocową na bazie jogurtu** *(zawiera 1 gluten pszenica, 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Makaron świderki z białym twarogiem i polewą owocową na bazie jogurtu** *(zawiera 1 gluten pszenica, 7 mleko)* **350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz czerwony na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Makaron świderki z białym twarogiem i polewą owocową na bazie jogurtu** *(zawiera 1 gluten pszenica, 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech*			**Mieszanka orzechów** *(zawiera 5 orzech ziemny,8 orzech włoski)* **30g**	

		włoski) **30g**				
KOLACJA	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g Rzodkiewka 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)* **Szynka beskidzka 40g Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g Rzodkiewka 50g Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g Pomidor 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)* **Szynka beskidzka 40g Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g Rzodkiewka 50g Sałata 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)* **Szynka beskidzka 20g Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **20g Rzodkiewka 30g 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)* **Szynka beskidzka 40g Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2139 B:95 T:78 W:277 NKT:28 C:43 Bł:25 S:6**	**Energia:2302 B:97 T:86 W:304 NKT:35 C:32 Bł:37 S:6**	**Energia:2079 B:83 T:72 W:283 NKT:26 C:47 Bł:20 S:6**	**Energia:2187 B:99 T:80 W:282 NKT:28 C:48 Bł:25 S:6**	**Energia:1659 B:65 T:61 W:223 NKT:21 C:35 Bł:20 S:5**	**Energia:2135 B:95 T:78 W:277 NKT:28 C:43 Bł:25 S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

CZWARTEK 03.09.2026

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 graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Papryka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka drobiowa 20g** **Papryka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jaglane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Koktajl owoce leśne na bazie kefiru** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kąski wieprzowe w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kąski wieprzowe w sosie pieczeniowym 120g** **Ryż brązowy 200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kąski drobiowe w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Cukinia na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Ogórkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kąski wieprzowe w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Kąski wieprzowe w sosie pieczeniowym 80g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **100g** **Surówka z czerwonej kapusty 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kąski wieprzowe w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Surówka z czerwonej kapusty 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Koktajl owoce leśne na bazie kefiru** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Koktajl owoce leśne na bazie kefiru** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka wiejska** *(zawiera 1 gluten pszenica,6 soja,7mleko)* **40g** **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka wiejska** *(zawiera 1 gluten pszenica,6 soja,7mleko)* **40g** **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka wiejska** *(zawiera 1 gluten pszenica,6 soja,7mleko)* **40g** **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka wiejska** *(zawiera 1 gluten pszenica,6 soja,7mleko)* **40g** **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka wiejska** *(zawiera 1 gluten pszenica,6 soja,7mleko)* **20g** **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka wiejska** *(zawiera 1 gluten pszenica,6 soja,7mleko)* **40g** **Sałatka warzywna z oliwą z oliwek 60g**

	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml	Herbata czarna bez cukru 250ml			Herbata czarna bez cukru 250ml
WYLICZENIA	Energia:2239 B:80 T:88 W:303 NKT:42 C:45 Bł:34 S:6	Energia:2336 B:89 T:95 W:305 NKT:48 C:32 Bł:39 S:6	Energia:2153 B:72 T:80 W:306 NKT:35 C:43 Bł:28 S:6	Energia:2370 B:88 T:91 W:322 NKT:43 C:52 Bł:36 S:6	Energia:1699 B:58 T:68 W:230 NKT:31 C:39 Bł:24 S:5	Energia:2236 B:80 T:88 W:303 NKT:42 C:45 Bł:34 S:6

EXPERT CATERING

MEDINET

PIĄTEK 04.09.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,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** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko z majonezem** *(zawiera 3 jajko)* **1szt/10g** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,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** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,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** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajko** *(zawiera 3 jajko)* **1szt** **Schab Ojca Grzegorza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,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, żyto)* **Bieluch z pestkami dyni** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **100g**		
OBIAD	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kotlet pożarski** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka szparagowa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kotlet pożarski** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka szparagowa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kotlet pożarski pieczony** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka szparagowa żółta na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kotlet pożarski** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka szparagowa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **250 ml** **Kotlet pożarski pieczony** *(zawiera, 3 jajko)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Fasolka szparagowa na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Koperkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kotlet pożarski pieczony** *(zawiera 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka szparagowa żółta na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **100g**			**Drożdżówka** *(zawiera 1 gluten, 3 jajko)* **1szt**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Hummus *(zawiera 11***	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Hummus *(zawiera 11 sezam)* 40g** **Ogórek zielony 50g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Hummus *(zawiera 11 sezam)* 40g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Hummus *(zawiera 11 sezam)* 40g** **Ogórek zielony 50g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 20g** **Hummus *(zawiera 11 sezam)* 20g** **Ogórek zielony 30g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Wędlina drobiowa 40g** **Hummus *(zawiera 11 sezam)* 40g**

	sezam) **40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2037** **B:90** **T:79** **W:253** **NKT:35** **C:43** **Bł:25** **S:6**	**Energia:2172** **B:94** **T:77** **W:296** **NKT:34** **C:39** **Bł:34** **S:6**	**Energia:2111** **B:90** **T:75** **W:285** **NKT:31** **C:46** **Bł:25** **S:6**	**Energia:2119** **B:94** **T:81** **W:267** **NKT:35** **C:55** **Bł:26** **S:6**	**Energia:1623** **B:65** **T:60** **W:219** **NKT:24** **C:39** **Bł:25** **S:5**	**Energia:2068** **B:90** **T:80** **W:259** **NKT:35** **C:44** **Bł:27** **S:6**

EXPERT CATERING

EXPERT CATERING

SOBOTA 05.09.2026

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, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera, 1 gluten jęczmień, 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera, 1 gluten jęczmień, 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 250ml** *(zawiera, 1 gluten jęczmień, 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera, 1 gluten jęczmień, 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Szynka konserwowa** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek jogurtowy** *(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, żyto)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Ziemniaczana 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**	**Ziemniaczana 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**	**Ziemniaczana na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Kaszotto wielowarzywne z dodatkiem ciecierzycy 350g** **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**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Wafle ryżowe 2szt**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten*	**Chleb pszenny 100g**

	gluten pszenica) **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z białej fasoli 40g** **Pieczeń myśliwska 40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z białej fasoli 40g** **Pieczeń myśliwska 40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z białej fasoli 40g** **Pieczeń myśliwska 40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z białej fasoli 40g** **Pieczeń myśliwska 40g** **Rzodkiewka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z białej fasoli 20g** **Pieczeń myśliwska 20g** **Rzodkiewka 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z białej fasoli 40g** **Pieczeń myśliwska 40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2049** **B:74** **T:75** **W:286** **NKT:40** **C:39** **Bł:29** **S:5**	**Energia:2105** **B:77** **T:71** **W:308** **NKT:40** **C:31** **Bł:39** **S:6**	**Energia:2007** **B:75** **T:73** **W:282** **NKT:33** **C:37** **Bł:27** **S:6**	**Energia:2099** **B:77** **T:77** **W:291** **NKT:41** **C:41** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1514** **B:54** **T:58** **W:206** **NKT:28** **C:29** **Bł:24** **S:3**	**Energia:2045** **B:74** **T:75** **W:286** **NKT:40** **C:39** **Bł:29** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 06.09.2026

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, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera3 jajko, 7 mleko)* **80g** **Filet z indyka 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Kakao z mlekiem** *(zawiera 7 mleko)* **250 ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera3 jajko, 7 mleko)* **80g** **Filet z indyka 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Kakao z mlekiem** *(zawiera 7 mleko)* **250 ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera3 jajko, 7 mleko)* **80g** **Filet z indyka 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Kakao z mlekiem** *(zawiera 7 mleko)* **250 ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera3 jajko, 7 mleko)* **80g** **Filet z indyka 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Szpinak baby 5g** **Kakao z mlekiem** *(zawiera 7 mleko)* **250 ml**	**Płatki ryżowe na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera3 jajko, 7 mleko)* **60g** **Filet z indyka 20g** **Pomidorki koktajlowe 30g** **Szpinak baby 5g** **Kakao z mlekiem** *(zawiera 7 mleko)* **250 ml**	**Płatki ryżowe na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera3 jajko, 7 mleko)* **80g** **Filet z indyka 40g** **Pomidorki koktajlowe 50g** **Kakao z mlekiem** *(zawiera 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, żyto)* **Serek paprykowy** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten pszenica 9 seler)* **350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie własnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Kalafior na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten pszenica 9 seler)* **350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie własnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Kalafior na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten pszenica 9 seler)* **350 ml** **Bitka drobiowa w sosie własnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Brokuł na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten pszenica 9 seler)* **350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie własnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Kalafior na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten pszenica 9 seler)* **250 ml** **Bitka wieprzowa w sosie własnym 80g** **Ziemniaki 100g** **Kalafior na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Grysikowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten pszenica 9 seler)* **350 ml** **Bitka wieprzowa w sosie własnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Kalafior na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Ciasto** *(zawiera 1 gluten pszenica,3 jajko,7 mleko)* **50g**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)*	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu**

	Masło 82% tłuszczu 15g *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka Jana** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2149** **B:96** **T:85** **W:260** **NKT:32** **C:59** **Bł:26** **S:5**	**Energia:2223** **B:102** **T:83** **W:281** **NKT:30** **C:43** **Bł:37** **S:5**	**Energia:2141** **B:95** **T:80** **W:268** **NKT:31** **C:59** **Bł:24** **S:5**	**Energia:2227** **B:101** **T:87** **W:270** **NKT:33** **C:65** **Bł:28** **S:5**	**Energia:1647** **B:72** **T:68** **W:195** **NKT:28** **C:46** **Bł:20** **S:5**	**Energia:2129** **B:96** **T:85** **W:255** **NKT:32** **C:59** **Bł:25** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

PONIEDZIAŁEK 07.09.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Kiełki 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki owsiane na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 20g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Kiełki 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Ser biały chudy** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Jogurt truskawkowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z mięsem i warzywami sezonowymi 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera gluten jęczmień)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z mięsem i warzywami sezonowymi 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera gluten jęczmień)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z mięsem i warzywami sezonowymi 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera gluten jęczmień)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z mięsem i warzywami sezonowymi 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera gluten jęczmień)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Gulasz z mięsem i warzywami sezonowymi 150g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera gluten jęczmień)* **150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Brokułowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Gulasz z mięsem i warzywami sezonowymi 200g** **Kasza jęczmienna** *(zawiera gluten jęczmień)* **200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt truskawkowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt truskawkowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **20g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6*

	soję) **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soję)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*soję)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1932** **B:83** **T:67** **W:264** **NKT:23** **C:45** **Bł:28** **S:5**	**Energia:2040** **B:83** **T:67** **W:295** **NKT:22** **C:39** **Bł:36** **S:6**	**Energia:1924** **B:77** **T:65** **W:254** **NKT:21** **C:51** **Bł:20** **S:5**	**Energia:1992** **B:87** **T:69** **W:272** **NKT:23** **C:51** **Bł:29** **S:5**	**Energia:1385** **B:51** **T:51** **W:190** **NKT:18** **C:35** **Bł:19** **S:4**	**Energia:1935** **B:83** **T:67** **W:265** **NKT:23** **C:47** **Bł:28** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 08.09.2026

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, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab pieczony 40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab pieczony 40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab pieczony 40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab pieczony 40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 20g** **Schab pieczony 20g** **Papryka 30g** **Rucola 5g** **Herbata owocowa bez cukru 250 ml**	**Płatki kukurydziane na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Schab pieczony 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, żyto)* **Pasta z soczewicy 60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100 ml**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica,9 seler)* **350 ml** **Podudzie z kurczaka 2szt** **Ziemniaki 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica,9 seler)* **350 ml** **Podudzie z kurczaka 2szt** **Ziemniaki 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica,9 seler)* **350 ml** **Podudzie z kurczaka 2szt** **Ziemniaki 200g** **Buraczki na ciepło 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica,9 seler)* **350 ml** **Podudzie z kurczaka 2szt** **Ziemniaki 200g** **Surówka z buraczków 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica,9 seler)* **250 ml** **Podudzie z kurczaka 1szt** **Ziemniaki 100g** **Surówka z buraczków 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica,9 seler)* **350 ml** **Podudzie z kurczaka 2szt** **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** *(zawiera 1 gluten pszenica)*	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)*	**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)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 20g** **Serek kremowy** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**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:2042** **B:91** **T:83** **W:239** **NKT:41** **Bł:29** **C:43** **S:5**	**Energia:2142** **B:83** **T:83** **W:263** **NKT:30** **Bł:37** **C:38** **S:5**	**Energia:2034** **B:82** **T:82** **W:255** **NKT:34** **Bł:24** **C:45** **S:5**	**Energia:2121** **B:94** **T:83** **W:252** **NKT:41** **Bł:31** **C:50** **S:5**	**Energia:1503** **B:57** **T:64** **W:184** **NKT:29** **Bł:21** **C:35** **S:4**	**Energia:2002** **B:91** **T:83** **W:237** **NKT:41** **Bł:29** **C:43** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 09.09.2026

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, żyto)* **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, żyto)* **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 jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień, 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 jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień, 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **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 jęczmienne na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień, 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **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 jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień, 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **60g**		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten żyto, 3 jajko, 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten żyto, 3 jajko, 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **200g** **Ryż brązowy 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten żyto, 3 jajko, 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten żyto, 3 jajko, 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten żyto, 3 jajko, 9 seler)* **250 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **150g** **Ryż biały 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Żurek na wywarze warzywnym** *(zawiera 1 gluten żyto, 3 jajko, 9 seler)* **350 ml** **Leczo wielowarzywne** *(papryka, pomidor, cukinia, bakłażan, pieczarki, fasolka, ciecierzyca)* **200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Mus owocowy 100g**	

KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałata z burakiem, serem, mixem sałat, i sosem z oliwy** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałata z burakiem, serem, mixem sałat, i sosem z oliwy** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałata z burakiem, serem, mixem sałat, i sosem z oliwy** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałata z burakiem, serem, mixem sałat, i sosem z oliwy** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałata z burakiem, serem, mixem sałat, i sosem z oliwy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję)* **20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałata z burakiem, serem, mixem sałat, i sosem z oliwy** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję)* **40g** **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:53** **T:49** **W:210** **NKT:32** **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

CZWARTEK 10.09.2026

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 pszenica ,3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szczypior 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szczypior 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica ,3 jajko,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 zbójnicka** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica ,3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szczypior 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Zacierka na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten pszenica ,3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Szynka zbójnicka** *(zawiera 6 soję 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Sałata 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten,7 mleko)* **250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica ,3 jajko,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Szynka zbójnicka** *(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, żyto)* **Szynka z warzywami 60g**		**Koktajl mango-ananas na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **300g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Pieczarkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **250 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera* 9 seler*)* **350 ml** **Makaron spaghetti z sosem bolognese** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Koktajl mango-ananas na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Koktajl mango-ananas na bazie maślanki** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	
KOLACJA	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)*	**Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)*	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto, jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu**

	15g *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **20g** **Szynka drobiowa 20g** **Rzodkiewka 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka drobiowa 40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2024** **B:84** **T:70** **W:278** **NKT:30** **C:37** **Bł:26** **S:6**	**Energia:2055** **B:87** **T:65** **W:298** **NKT:28** **C:25** **Bł:35** **S:6**	**Energia:2035** **B:81** **T:65** **W:292** **NKT:26** **C:37** **Bł:21** **S:6**	**Energia:2066** **B:87** **T:72** **W:282** **NKT:31** **C:41** **Bł:26** **S:6**	**Energia:1565** **B:61** **T:57** **W:211** **NKT:23** **C:27** **Bł:19** **S:4**	**Energia:2020** **B:84** **T:70** **W:278** **NKT:30** **C:37** **Bł:26** **S:6**

MEDINET

EXPERT CATERING

PIĄTEK 11.09.2026

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 pszenica, 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **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)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica, 7 mleko)* **Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica, 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten pszenica, 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **20g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Kasza manna na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica, 7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ser salami** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten - pszenica)* **Bieluch z rzodkiewką** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten jęczmień,9 seler*)* **350 ml** **Ryba panierowana** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 4 rybę)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Kiszona kapusta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten jęczmień,9 seler*)* **350 ml** **Ryba panierowana** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 4 rybę)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Kiszona kapusta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten jęczmień,9 seler*)* **350 ml** **Ryba pieczona** *(zawiera 4 rybę)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Szpinak na ciepło 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten jęczmień,9 seler*)* **350 ml** **Ryba panierowana** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 4 rybę)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Kiszona kapusta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten jęczmień,9 seler*)* **250 ml** **Ryba pieczona** *(zawiera 4 rybę)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Szpinak na ciepło 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krupnik z kaszą na wywarze warzywnym** (*zawiera* 1 gluten jęczmień,9 seler*)* **350 ml** **Ryba pieczona** *(zawiera 4 rybę)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Kiszona kapusta 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt z owocem** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	

KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **20g** **Papryka 30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Schab Bednarza** *(zawiera 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Papryka 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:1389** **B:60** **T:62** **W:157** **NKT:30** **C:30** **Bł:16** **S:5**	**Energia:1801** **B:88** **T:77** **W:201** **NKT:39** **C:36** **Bł:21** **S:6**

EXPERT CATERING

EXPERT CATERING

SOBOTA 12.09.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA DLA DZIECI	DIETA PRZECIWZAKRZEPOWA
ŚNIADANIE	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 250ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kurczak gotowany 20g** **Pasta z awokado** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Ryż na mleku 350ml** *(zawiera 7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Kurczak gotowany 40g** **Pasta z awokado** *(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)* **Serek wiejski** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Koktajl z siemieniem lnianym** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**		
OBIAD	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kremowe risotto z indykiem, zielonym groszkiem i białą fasolką 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kremowe risotto z indykiem, zielonym groszkiem i białą fasolką 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kremowe risotto z indykiem, zielonym groszkiem i białą fasolką 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kremowe risotto z indykiem, zielonym groszkiem i białą fasolką 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **250 ml** **Kremowe risotto z indykiem, zielonym groszkiem i białą fasolką 350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Kremowe risotto z indykiem i białą fasolką 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Koktajl z siemieniem lnianym** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**			**Koktajl z siemieniem lnianym** *(zawiera 7 mleko)* **150ml**	
KOLACJA	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa**	**Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Lekkostrawna sałatka jarzynowa**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)*

	jarzynowa *(zawiera 3 jajko,7 mleko,9 seler)* **60g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7 mleko,9 seler)* **60g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*(zawiera 3 jajko,7 mleko,9 seler)* **60g** **Szynka drobiowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*(zawiera 3 jajko,7 mleko,9 seler)* **60g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*(zawiera 3 jajko,7 mleko,9 seler)* **40g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna sałatka jarzynowa** *(zawiera 3 jajko,7 mleko,9 seler)* **60g** **Kiełbasa krakowska** *(zawiera 6 soja,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

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 13.09.2026

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 1gluten żyto ,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem** *(zawiera 9 seler)* **1szt/5g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,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** *(zawiera 9 seler)* **1szt/5g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7mleko)* **250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1gluten żyto ,7 mleko)* **Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem** *(zawiera 9 seler)* **1szt/5g** **Ser biały chudy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7mleko)* **250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1gluten żyto ,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem** *(zawiera 9 seler)* **1szt/5g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7mleko)* **250ml**	**Płatki żytnie na mleku 250ml** *(zawiera 1gluten żyto ,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem** *(zawiera 9 seler)* **1szt/5g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Rucola 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7mleko)* **250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1gluten żyto ,7 mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Parówka na ciepło z ketchupem** *(zawiera 9 seler)* **1szt/5g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,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, żyto)* **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **60g**		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**		
OBIAD	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Rolada ze szpinakiem w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Rolada ze szpinakiem w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Surówka warzywna 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Rolada ze szpinakiem w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Rolada ze szpinakiem w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **250 ml** **Rolada ze szpinakiem w sosie kremowym 80g** **Ziemniaki 100g** **Warzywa na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Lekkostrawna na wywarze drobiowo warzywnym** (*zawiera 9 seler*) **350 ml** **Rolada w sosie kremowym 120g** **Ziemniaki 200g** **Warzywa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Maślanka** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Ciasto** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 7 mleko)* **60g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1*	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera*	**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)* **Pasta z fasoli 40g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7mleko)* **Pasta z fasoli 40g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z fasoli 40g** **Szynka z indyka 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z fasoli 40g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z fasoli 20g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję,7 mleko)* **20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta z fasoli 40g** **Szynka wieprzowa** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2346** **B:95** **T:95** **W:296** **NKT:42** **C:46** **Bł:29** **S:6**	**Energia:2389** **B:94** **T:96** **W:309** **NKT:40** **C:29** **Bł:39** **S:6**	**Energia:2298** **B:89** **T:86** **W:309** **NKT:37** **C:48** **Bł:29** **S:5**	**Energia:2394** **B:98** **T:96** **W:301** **NKT:42** **C:51** **Bł:29** **S:6**	**Energia:1660** **B:61** **T:60** **W:219** **NKT:29** **C:40** **Bł:23** **S:4**	**Energia:2313** **B:92** **T:91** **W:301** **NKT:40** **C:48** **Bł:31** **S:5**

MEDINET

PONIEDZIAŁEK 14.09.2026

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 pszenica 3 jajko, 7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek lekki** *(zawiera 7mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5 g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek lekki** *(zawiera 7mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5 g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica 3 jajko, 7 mleko)* **350ml** **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek lekki** *(zawiera 7mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 5 g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica 3 jajko, 7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek lekki** *(zawiera 7mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Kiełki 5 g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica 3 jajko, 7 mleko)* **250ml** **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 20g** **Serek lekki** *(zawiera 7mleko)* **20g** **Rzodkiewka 30g** **Kiełki 5 g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**	**Zacierka na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten pszenica 3 jajko, 7 mleko)* **350ml** **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka drobiowa 40g** **Serek lekki** *(zawiera 7mleko)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata owocowa bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Hummus z pomidorami** *(zawiera 11 sezam)* **60g**		**Jogurt malinowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kociołek wielowarzywne z pieczonymi ziemniakami** *(mix papryk, cukinia, bakłażan, pomidory, fasolka szparagowa, ciecierzyca, pieczarki, pieczone ziemniaki)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kociołek wielowarzywne z pieczonymi ziemniakami** *(mix papryk, cukinia, bakłażan, pomidory, fasolka szparagowa, ciecierzyca, pieczarki, pieczone ziemniaki)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kociołek wielowarzywne z pieczonymi ziemniakami** *(mix papryk, cukinia, bakłażan, pomidory, fasolka szparagowa, ciecierzyca, pieczarki, pieczone ziemniaki)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kociołek wielowarzywne z pieczonymi ziemniakami** *(mix papryk, cukinia, bakłażan, pomidory, fasolka szparagowa, ciecierzyca, pieczarki, pieczone ziemniaki)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **250 ml** **Kociołek wielowarzywne z pieczonymi ziemniakami** *(mix papryk, cukinia, bakłażan, pomidory, fasolka szparagowa, ciecierzyca, pieczarki, pieczone ziemniaki)* **350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Barszcz ukraiński gotowany na wywarze warzywnym** (zawiera *9 seler*) **350 ml** **Kociołek wielowarzywne z pieczonymi ziemniakami** *(mix papryk, cukinia, bakłażan, pomidory, fasolka szparagowa, ciecierzyca, pieczarki, pieczone ziemniaki)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt malinowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt malinowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z pietruszką 40g**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)*	**Bułka weka 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z pietruszką 40g** **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4*	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z pietruszką 40g**	**Chleb słonecznikowy 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z pietruszką 20g** **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4*	**Chleb słonecznikowy 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica,11 sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z pietruszką 40g**

	Paprykarz Szczeciński *(zawiera 4 ryba)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Szynka z pietruszką 40g** **Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 ryba)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*ryba)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 ryba)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*ryba)* **20g** **Pomidor 30g** **Roszponka 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Paprykarz Szczeciński** *(zawiera 4 ryba)* **40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:2049** **B:74** **T:75** **W:286** **NKT:40** **C:39** **Bł:29** **S:5**	**Energia:2105** **B:77** **T:71** **W:308** **NKT:40** **C:31** **Bł:39** **S:6**	**Energia:2007** **B:75** **T:73** **W:282** **NKT:33** **C:37** **Bł:27** **S:6**	**Energia:2099** **B:77** **T:77** **W:291** **NKT:41** **C:41** **Bł:34** **S:5**	**Energia:1514** **B:54** **T:58** **W:206** **NKT:28** **C:29** **Bł:24** **S:3**	**Energia:2045** **B:74** **T:75** **W:286** **NKT:40** **C:39** **Bł:29** **S:5**

EXPERT CATERING

MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 15.09.2026

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, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 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 jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1,7)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **20g** **Szynka Jana** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **20g** **Ogórek zielony 30g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Płatki żytnie na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta jajeczna** *(zawiera 3 jajko)* **40g** **Szynka Jana** *(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	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten pszenica 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Marchew z groszkiem** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten pszenica 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Surówka z marchewki 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten pszenica 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten pszenica 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Marchew z groszkiem** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten pszenica 3 jajko)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Marchew z groszkiem** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet mielony** *(zawiera 1 gluten pszenica 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze** *(zawiera 7 mleko)* **100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Kisiel bez cukru 150g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera*	**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)* **Szynka beskidzka 40g** **Twaróg biały plastry** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*1 gluten pszenica żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Twaróg biały plastry** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Twaróg biały plastry** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Twaróg biały plastry** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 20g** **Twaróg biały plastry** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	*(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka beskidzka 40g** **Twaróg biały plastry** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1847** **B:81** **T:65** **W:248** **NKT:33** **C:62** **Bł:27** **S:6**	**Energia:1956** **B:95** **T:64** **W:263** **NKT:31** **C:53** **Bł:35** **S:6**	**Energia:1874** **B:81** **T:65** **W:254** **NKT:33** **C:62** **Bł:24** **S:6**	**Energia:1947** **B:88** **T:67** **W:269** **NKT:34** **C:79** **Bł:27** **S:6**	**Energia:1449** **B:59** **T:52** **W:195** **NKT:27** **C:65** **Bł:19** **S:4**	**Energia:1821** **B:81** **T:65** **W:240** **NKT:33** **C:62** **Bł:27** **S:6**