MEDINET

PONIEDZIAŁEK 02.11.2026

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 zbójnicka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 5g** **Herbata zielona bez cukru 250 ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka zbójnicka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 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 zbójnicka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Serek lekki** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Sałata 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 zbójnicka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Papryka 50g** **Sałata 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 zbójnicka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję, 7 mleko)* **20g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Papryka 30g** **Sałata 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 zbójnicka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję, 7 mleko)* **40g** **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **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)* **Pasta z kalafiora 60g**		**Jogurt brzoskwiniowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Krem z dyni z dodatkiem mleczka kokosowego podany z prażonym migdałami na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Curry z ciecierzycą, białą fasolą i pomidorami 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni z dodatkiem mleczka kokosowego podany z prażonym migdałami na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Curry z ciecierzycą, białą fasolą i pomidorami 200g** **Ryż brązowy 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni z dodatkiem mleczka kokosowego podany z prażonym migdałami na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Curry z ciecierzycą, białą fasolą i pomidorami 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni z dodatkiem mleczka kokosowego podany z prażonym migdałami na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Curry z ciecierzycą, białą fasolą i pomidorami 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni z dodatkiem mleczka kokosowego podany z prażonym migdałami na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Curry z ciecierzycą, białą fasolą i pomidorami 150g** **Ryż biały 150g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Krem z dyni z dodatkiem mleczka kokosowego podany z prażonym migdałami na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Curry z ciecierzycą, białą fasolą i pomidorami 200g** **Ryż biały 200g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Jogurt brzoskwiniowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Jogurt brzoskwiniowy** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	

KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pomidor 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **20g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **20g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Szynka z liściem** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Pasztet sojowy** *(zawiera 6 soję)* **40g** **Rzodkiewka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1850** **B:80** **T:55** **W:276** **NKT:23** **C:51** **Bł:32** **S:6**	**Energia:2003** **B:87** **T:61** **W:298** **NKT:30** **C:44** **Bł:39** **S:6**	**Energia:1904** **B:81** **T:54** **W:287** **NKT:23** **C:51** **Bł:25** **S:6**	**Energia:1900** **B:84** **T:57** **W:281** **NKT:24** **C:55** **Bł:32** **S:6**	**Energia:1412** **B:55** **T:44** **W:213** **NKT:16** **C:46** **Bł:25** **S:4**	**Energia:1810** **B:80** **T:55** **W:276** **NKT:23** **C:51** **Bł:32** **S:6**

EXPERT CATERING