MEDINET

EXPERT CATERING

ŚRODA 04.11.2026

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)* **Ser wędzony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 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 wędzony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **250ml**	**Płatki jęczmienne na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten jęczmień, 7 mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Serek jogurtowy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Pomidor 50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **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)* **Ser wędzony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **50g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **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)* **Ser wędzony** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **20g** **Ogórek konserwowy** *(zawiera 10 gorczycę)* **30g** **Roszponka 5g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **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)* **Ser wędzony** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pasztet pieczony** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko, 9 seler)* **40g** **Pomidor 50g** **Kawa zbożowa na mleku** *(zawiera 1 gluten żyto,7 mleko)* **250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Pasta z buraka 60g**		**Budyń bez cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet jajeczny z pietruszką** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Brokuł na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet jajeczny z pietruszką** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Brokuł na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet jajeczny z pietruszką** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Brokuł na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet jajeczny z pietruszką** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Brokuł na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Kotlet jajeczny z pietruszką** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **60g** **Ziemniaki 100g** **Brokuł na parze 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Jarzynowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Kotlet jajeczny z pietruszką** *(zawiera 1 gluten pszenica, 3 jajko)* **80g** **Ziemniaki 200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**

PODWIECZOREK		**Kefir** *(zawiera 7 mleko)* **100ml**			**Budyń bez cukru** *(zawiera 7 mleko)* **150g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka z warzywami i sosem z oliwy z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **80g** **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)* **Sałatka z warzywami i sosem z oliwy z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **80g** **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)* **Sałatka z warzywami i sosem z oliwy z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **80g** **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)* **Sałatka z warzywami i sosem z oliwy z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **80g** **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)* **Sałatka z warzywami i sosem z oliwy z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **60g** **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)* **Sałatka z warzywami i sosem z oliwy z oliwek** *(zawiera 7 mleko)* **80g** **Polędwica sopocka** *(zawiera 1 gluten pszenica, 6 soję)* **40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1986** **B:89** **T:74** **W:257** **NKT:29** **C:52** **Bł:35** **S:6**	**Energia:2073** **B:92** **T:75** **W:276** **NKT:33** **C:42** **Bł:39** **S:6**	**Energia:1949** **B:80** **T:67** **W:270** **NKT:30** **C:54** **Bł:30** **S:5**	**Energia:2061** **B:92** **T:79** **W:261** **NKT:35** **C:57** **Bł:35** **S:6**	**Energia:1454** **B:55** **T:54** **W:198** **NKT:23** **C:40** **Bł:28** **S:3**	**Energia:1899** **B:82** **T:66** **W:261** **NKT:20** **C:53** **Bł:36** **S:4**

EXPERT CATERING

MEDINET