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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka z warzywami 40g** **Ogórek zielony 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka z warzywami 40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka z warzywami 40g** **Pomidor 50g** **Rucola 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka z warzywami 40g** **Ogórek zielony 50g** **Rucola 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **20g** **Szynka z warzywami 20g** **Ogórek zielony 30g** **Rucola 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)* **Hummus** *(zawiera 11 sezam)* **40g** **Szynka z warzywami 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)* **Pasta z zielonych warzyw 60g**		**Kefir z kiwi** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera1 gluten pszenica, 9seler)* **350ml** **Schab w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Surówka z kapusty pekińskiej 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera1 gluten pszenica, 9seler)* **350ml** **Schab w sosie pieczeniowym 120g** **Ryż brązowy 200g** **Surówka z kapusty pekińskiej 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera1 gluten pszenica, 9seler)* **350ml** **Filet z kurczaka w sosie jasnym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Marchew na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera1 gluten pszenica, 9seler)* **350ml** **Schab w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Surówka z kapusty pekińskiej 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera1 gluten pszenica, 9seler)* **350ml** **Filet z kurczaka w sosie jasnym 100g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **100g** **Surówka z kapusty pekińskiej 60g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem** *(zawiera1 gluten pszenica, 9seler)* **350ml** **Schab w sosie pieczeniowym 120g** **Kluski śląskie** *(zawiera 3 jajko)* **200g** **Surówka z kapusty pekińskiej 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Kefir z kiwi** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Rogalik maślany** *(zawiera 1 gluten pszenica,3 jajko)* **1szt**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **20g**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser biały w plastrach** *(zawiera 7 mleko)* **40g**

	Pieczeń myśliwska 40g Papryka 50g Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Pieczeń myśliwska 40g Papryka 50g Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Pieczeń myśliwska 40g Pomidor 50g Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Pieczeń myśliwska 40g Papryka 50g Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Pieczeń myśliwska 20g Papryka 30g Sałata 5g Herbata czarna bez cukru 250ml	Pieczeń myśliwska 40g Papryka 50g Herbata czarna bez cukru 250ml
WYLICZENIA	Energia:2179 B:102 T:78 W:281 NKT:31 C:54 Bł:30 S:6	Energia:2178 B:102 T:78 W:298 NKT:32 C:36 Bł:39 S:6	Energia:2164 B:98 T:77 W:289 NKT:29 C:59 Bł:28 S:6	Energia:2227 B:106 T:80 W:286 NKT:33 C:60 Bł:31 S:6	Energia:1668 B:73 T:66 W:206 NKT:26 C:43 Bł:21 S:4	Energia:2161 B:99 T:77 W:282 NKT:31 C:55 Bł:31 S:5

EXPERT CATERING