MEDINET

EXPERT CATERING

WTOREK 10.11.2026

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)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pieczeń myśliwska 40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pieczeń myśliwska 40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 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)* **Serek chudy** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pieczeń myśliwska 40g** **Pomidor 50g** **Kiełki 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)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pieczeń myśliwska 40g** **Ogórek zielony 50g** **Kiełki 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)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **20g** **Pieczeń myśliwska 20g** **Ogórek zielony 30g** **Kiełki 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)* **Ser żółty** *(zawiera 7 mleko)* **40g** **Pieczeń myśliwska 40g** **Papryka 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
PRZEKĄSKA	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**	**Owoc sezonowy 1szt**
II ŚNIADANIE		**Pieczywo graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Serek grani** *(zawiera 7 mleko)* **60g**		**Pudding z nasionami chia i musem malinowym** *(zawiera 7 mleko)* **150g**		
OBIAD	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapieczony z jabłkiem i cynamonem z polewą jogurtową** *(zawiera 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż brązowy z sosem wielowarzywnym z dodatkiem ciecierzycy i soczewicy 400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapieczony z jabłkiem i cynamonem z polewą jogurtową** *(zawiera 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapieczony z jabłkiem i cynamonem z polewą jogurtową** *(zawiera 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **250 ml** **Ryż zapieczony z jabłkiem i cynamonem z polewą jogurtową** *(zawiera 7 mleko)* **350g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Marchewkowa na wywarze warzywnym** *(zawiera 9 seler)* **350 ml** **Ryż zapieczony z jabłkiem i cynamonem z polewą jogurtową** *(zawiera 7 mleko)* **400g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**
PODWIECZOREK		**Pudding z nasionami chia i musem malinowym** *(zawiera 7 mleko)* **150g**			**Pudding z nasionami chia i musem malinowym** *(zawiera 7 mleko)* **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)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Szczypiorek 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Szczypiorek 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Szczypiorek 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Sałata 5g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Pasta warzywna 40g** **Szynka drobiowa 40g** **Pomidor 50g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**
WYLICZENIA	**Energia:1966** **B:82** **T:67** **W:278** **NKT:27** **C:54** **Bł:35** **S:6**	**Energia:2013** **B:94** **T:69** **W:275** **NKT:30** **C:35** **Bł:40** **S:6**	**Energia:1974** **B:79** **T:62** **W:292** **NKT:23** **C:50** **Bł:30** **S:6**	**Energia:2047** **B:93** **T:70** **W:280** **NKT:27** **C:56** **Bł:35** **S:6**	**Energia:1570** **B:60** **T:55** **W:223** **NKT:22** **C:30** **Bł:26** **S:4**	**Energia:1964** **B:82** **T:67** **W:278** **NKT:27** **C:54** **Bł:35** **S:6**

EXPERT CATERING