MEDINET

EXPERT CATERING

NIEDZIELA 15.11.2026

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 ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Kiełbasa żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Kakao na mleku** *(zawiera 7 mleko)* **250ml**	**Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Kiełbasa żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Kakao na mleku** *(zawiera 7 mleko)* **250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies ,7mleko)* **Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Wędlina z indyka 40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Kakao na mleku** *(zawiera 7 mleko)* **250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Kiełbasa żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Szpinak baby 5g** **Kakao na mleku** *(zawiera 7 mleko)* **250ml**	**Płatki owsiane na mleku 250ml** *(zawiera 1 gluten owies ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **60g** **Wędlina z indyka 20g** **Pomidor 30g** **Szpinak baby 5g** **Kakao na mleku** *(zawiera 7 mleko)* **250ml**	**Płatki owsiane na mleku 350ml** *(zawiera 1 gluten owies ,7mleko)* **Chleb wieloziarnisty 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto,jęczmień,6 soja,11sezam)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Jajecznica** *(zawiera 3 jajko,7 mleko)* **80g** **Kiełbasa żywiecka** *(zawiera 6 soja,7 mleko)* **40g** **Pomidor 50g** **Kakao na mleku** *(zawiera 7 mleko)* **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)* **Pasta z białej fasoli 60g**		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **100g**		
OBIAD	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo0-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica, 9 seler)* **350 ml** **Schab z morelą w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka szparagowa na parze 100g**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo0-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica, 9 seler)* **350 ml** **Schab z morelą w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka szparagowa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo0-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica, 9 seler)* **350 ml** **Curry z indyka 120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka szparagowa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo0-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica, 9 seler)* **350 ml** **Schab z morelą w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka szparagowa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo0-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica, 9 seler)* **250 ml** **Curry z indyka 100g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka szparagowa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**	**Rosół gotowany na wywarze drobiowo0-warzywnym z makaronem** *(zawiera 1 gluten pszenica, 9 seler)* **350 ml** **Schab z morelą w sosie ciemnym 120g** **Ziemniaki 200g** **Fasolka szparagowa na parze 100g** **Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml**

	Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml					
PODWIECZOREK		**Jogurt naturalny** *(zawiera 7 mleko)* **100g**			**Ciasto** *(zawiera 1 gluten pszenica 3 jajko, 7 mleko)* **40 g**	
KOLACJA	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka jarzynowa lekkostrawna** *(zawiera 3 jajko, 7 mleko, 9 seler)* **60g** **Szynka miodowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb graham 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica, żyto)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka jarzynowa lekkostrawna** *(zawiera 3 jajko, 7 mleko, 9 seler)* **60g** **Szynka miodowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka jarzynowa lekkostrawna** *(zawiera 3 jajko, 7 mleko, 9 seler)* **60g** **Szynka miodowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka jarzynowa lekkostrawna** *(zawiera 3 jajko, 7 mleko, 9 seler)* **60g** **Szynka miodowa 40g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 70g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka jarzynowa lekkostrawna** *(zawiera 3 jajko, 7 mleko, 9 seler)* **40g** **Szynka miodowa 20g** **Herbata czarna bez cukru 250ml**	**Chleb pszenny 100g** *(zawiera 1 gluten pszenica)* **Masło 82% tłuszczu 15g** *(zawiera 7 mleko)* **Sałatka jarzynowa lekkostrawna** *(zawiera 3 jajko, 7 mleko, 9 seler)* **60g** **Szynka miodowa 40g** **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**