

**ŚRODA, 01.04.2026 r**

	DIETA PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 300ml <i>(alergeny 1,7)</i> Szynka drobiowa 40 g <i>(może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</i> Pomidor 40 g Chleb pszenno-żytni 80g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło śmietankowe 62% 10 g <i>(alergeny 7)</i> Kawa zbożowa 250 ml <i>(alergeny 1,7)</i>	Ryż na mleku 300ml <i>(alergeny 1,7)</i> Szynka drobiowa 40 g <i>(może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</i> Pomidor 40 g Chleb pszenny 80g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło śmietankowe 62% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Kawa zbożowa 250 ml <i>(alergeny 1,7)</i>	Ryż brązowy z warzywami 250 g Szynka drobiowa 40 g <i>(może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</i> Pomidor 40 g Chleb żytni 80g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło śmietankowe 62% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Kawa zbożowa 250 ml <i>(alergeny 1)</i> + II śniadanie: jogurt naturalny 150 g <i>(alergeny 7)</i>
OBIAD	Zupa koperkowa z kluseczkami 300 ml <i>(alergeny 1, 3, 7, 9)</i> Pieczeń rzymska 120g <i>(alergeny 1, 3, 10)</i> Ziemniaki gotowane 150 g Surówka - buraczki gotowane 100 g Kompot 180 ml Jabłko 1 szt	Zupa koperkowa z kluseczkami 300 ml <i>(alergeny 1, 3, 7, 9)</i> Pieczeń rzymska 120g <i>(alergeny 1, 3, 10)</i> Ziemniaki gotowane 150 g Surówka - buraczki gotowane 100 g Kompot 250 ml Jabłko 1 szt	Zupa koperkowa z kluseczkami z mąki pełnoziarnistej 300 ml <i>(alergeny 1, 3, 7, 9)</i> Pieczeń rzymska 120g <i>(alergeny 1, 3, 10)</i> Ziemniaki gotowane 150 g Surówka – fasolka szparagowa z wody 100 g Kompot bez cukru 250 ml Jabłko 1 szt
KOLACJA	Domowa ryba w galarecie – 80 g <i>(alergen 3, może zaw. 9, 10)</i> Twarożek ziołowy – 80 g <i>(alergeny 7)</i> Sałata 10 g Chleb pszenno-żytni 80 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Bułka kajzerka 60 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło śmietankowe 62% 10 g <i>(alergeny 7)</i> Herbata bez cukru 250 ml	Domowa ryba w galarecie – 80 g <i>(alergen 3, może zaw. 9, 10)</i> Twarożek ziołowy – 80 g <i>(alergeny 7)</i> Sałata 10 g Chleb pszenny 80 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Bułka kajzerka 60 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło śmietankowe 62% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Herbata bez cukru 250 ml	Domowa ryba w galarecie – 80 g <i>(alergen 3, może zaw. 9, 10)</i> Twarożek ziołowy – 80 g <i>(alergeny 7)</i> Sałata 10 g Chleb żytni 80 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Bułka grahamka 60 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło śmietankowe 62% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Sok pomidorowy 330 ml Pieczywo chrupkie 21 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i>	Sok pomidorowy 330 ml Pieczywo chrupkie 21 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i>	Sok pomidorowy 330 ml Pieczywo chrupkie 21 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i>
	Wartość energetyczna 2180 kcal, białko: 109,9 g, tłuszcz: 62,5 g, w tym nasycone: 21,8 g, węglowodany ogółem: 309,7 g, w tym cukry: 53,1 g, błonnik pokarmowy: 32,6 g, sód: 2,8 g	Wartość energetyczna 2181 kcal, białko: 112,7 g, tłuszcz: 62,6 g, w tym nasycone: 21,8 g, węglowodany ogółem: 305,7 g, w tym cukry: 53,1 g, błonnik pokarmowy: 32,1 g, sód: 2,9 g	Wartość energetyczna 2209 kcal, białko: 115,7 g, tłuszcz: 63,8 g, w tym nasycone: 21,3 g, węglowodany ogółem: 308,1 g, w tym cukry: 49,3 g, błonnik pokarmowy: 47,2 g, sód: 3,2 g

**CZWARTEK, 02.04.2026 r**

	DIETA PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	<p>Twarożek z suszonymi pomidorami 80 g (<i>alergeny 7</i>)</p> <p>Szynka drobiowa 40 g (<i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i>)</p> <p>Papryka 40 g</p> <p>Chleb pszenno-żytni 80g (<i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i>)</p> <p>Bułka kajzerka 50 g (<i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i>)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (<i>alergeny 7</i>)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (<i>alergeny 1,7</i>)</p>	<p>Twarożek z suszonymi pomidorami 80 g (<i>alergeny 7</i>)</p> <p>Szynka drobiowa 40 g (<i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i>)</p> <p>Pomidor 40 g</p> <p>Chleb pszenny 80g (<i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i>)</p> <p>Bułka kajzerka 50 g (<i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i>)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (<i>alergeny 7</i>)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (<i>alergeny 1,7</i>)</p>	<p>Twarożek z suszonymi pomidorami 80 g (<i>alergeny 7</i>)</p> <p>Szynka drobiowa 40 g (<i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i>)</p> <p>Papryka 40 g</p> <p>Chleb żytni 80g (<i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i>)</p> <p>Bułka grahamka 50 g (<i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i>)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (<i>alergeny 7</i>)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (<i>alergeny 1</i>)</p> <p>+ II śniadanie: jabłko 1 szt</p>
OBIAD	<p>Zupa szczawiowa 300 ml (<i>alergeny 7,9, może zawierać 3</i>)</p> <p>Bitka wieprzowa 120 g (<i>alergeny 1</i>)</p> <p>Kasza jęczmienna na sypko 150 g (<i>alergeny 1</i>)</p> <p>Surówka z selera z jogurtem 100 g (<i>alergeny 7,9</i>)</p> <p>Kompot 250 ml</p>	<p>Zupa szczawiowa 300 ml (<i>alergeny 7,9, może zawierać 3</i>)</p> <p>Bitka wieprzowa 120 g (<i>alergeny 1</i>)</p> <p>Kasza jęczmienna na sypko 150 g (<i>alergeny 1</i>)</p> <p>Surówka z selera z jogurtem 100 g (<i>alergeny 7,9</i>)</p> <p>Kompot 250 ml</p>	<p>Zupa szczawiowa 300 ml (<i>alergeny 7,9, może zawierać 3</i>)</p> <p>Bitka wieprzowa 120 g (<i>alergeny 1</i>)</p> <p>Kasza jęczmienna na sypko 150 g (<i>alergeny 1</i>)</p> <p>Surówka z selera z jogurtem 100 g (<i>alergeny 7,9</i>)</p> <p>Kompot bez cukru 250 ml</p>
KOLACJA	<p>Sałatka z brokułami, jajkiem i sosem jogurtowym 180 g (<i>alergeny 1,3,7</i>)</p> <p>Schab pieczony 40 g</p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g (<i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i>)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (<i>alergeny 7</i>)</p> <p>Herbata bez cukru 250 ml</p>	<p>Sałatka z brokułami, jajkiem i sosem jogurtowym 180 g (<i>alergeny 1,3,7</i>)</p> <p>Schab pieczony 40 g</p> <p>Chleb pszenny 100 g (<i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i>)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (<i>alergeny 7</i>)</p> <p>Herbata bez cukru 250 ml</p>	<p>Sałatka z brokułami, jajkiem i sosem jogurtowym 180 g (<i>alergeny 1,3,7</i>)</p> <p>Schab pieczony 40 g</p> <p>Chleb żytni 100 g (<i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i>)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (<i>alergeny 7</i>)</p> <p>Herbata bez cukru 250 ml</p>
POSIŁEK NOCNY	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jogurt naturalny 200 g ( <i>alergeny 7</i> )
	Wartość energetyczna 2107 kcal, białko: 121 g, tłuszcz: 64,1 g, kw. tł. nasycone: 20,5 g, węglowodany ogółem: 277,5 g, w tym cukry: 43 g, błonnik pokarmowy: 33,6 g, sód: 2,8 g	Wartość energetyczna 2120 kcal, białko: 123,8 g, tłuszcz: 64,1 g, kw. tł. nasycone: 20,5 g, węglowodany ogółem: 277 g, w tym cukry: 41,2 g, błonnik pokarmowy: 31,8 g, sód: 2,9 g	Wartość energetyczna 2186 kcal, białko: 129,6 g, tłuszcz: 70 g, kw. tł. nasycone: 23,1 g, węglowodany ogółem: 272,9 g, w tym cukry: 38,9 g, błonnik pokarmowy: 40,5 g, sód: 3,4 g

PIĄTEK, 03.04.2026 r

	DIETA PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <i>alergeny 7</i> ) Ser biały w plastrach – 60 g ( <i>alergeny 7</i> ) Dżem niskosłodzony – 15 g Pomidor 60 g Chleb pszenno-żytni 60 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka kajzerka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <i>alergeny 7</i> ) Ser biały w plastrach – 60 g ( <i>alergeny 7</i> ) Dżem niskosłodzony – 15 g Pomidor 60 g Chleb pszenny 60g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka kajzerka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )	Owsianka z jogurtem naturalnym i jabłkiem 250 g ( <i>alergeny 1,7</i> ) Ser biały w plastrach – 60 g ( <i>alergeny 7</i> ) Pomidor 60 g Chleb żytni 60g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka grahamka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1</i> ) + II śniadanie: gruszka 1 szt.
OBIAD	Zupa krupnik 300 ml ( <i>alergeny 1,7,9</i> ) Ryba z warzywami w sosie greckim 200 g ( <i>alergeny 1,4,9</i> ) Gotowane ziemniaki z koperkiem 150 g Kompot 250 ml	Zupa krupnik 300 ml ( <i>alergeny 1,7,9</i> ) Ryba z warzywami w sosie greckim 200 g ( <i>alergeny 1,4,9</i> ) Gotowane ziemniaki z koperkiem 150 g Kompot 250 ml	Zupa krupnik 300 ml ( <i>alergeny 1,7,9</i> ) Ryba z warzywami w sosie greckim 200 g ( <i>alergeny 1,4,9</i> ) Gotowane ziemniaki z koperkiem 150 g Kompot bez cukru 250 ml
KOLACJA	Śledź 100 g ( <i>alergeny 4</i> ) Ser żółty 40 g ( <i>alergeny 7</i> ) Ogórek 60 g Chleb pszenno-żytni 100 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml	Jajko gotowane 2 szt ( <i>alergen 3</i> ) Ser biały twarogowy w plastrach Deliser 35 g ( <i>alergeny 7</i> ) Pomidor 60 g Chleb pszenny 100 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml	Śledź 100 g ( <i>alergeny 4</i> ) Ser żółty 40 g ( <i>alergeny 7</i> ) Ogórek 60 g Chleb żytni 100 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Kefir naturalny 200 g ( <i>alergeny 7</i> )	Kefir naturalny 200 g ( <i>alergeny 7</i> )	Kefir naturalny 200 g ( <i>alergeny 7</i> )
	Wartość energetyczna 2205 kcal, białko: 120,4 g, tłuszcz: 72,8 g, kw. tł. nasycone: 27,1 g, węglowodany ogółem: 279,3 g, w tym cukry: 39 g, błonnik pokarmowy: 24,1 g, sód: 3,6 g	Wartość energetyczna 2125 kcal, białko: 113,2 g, tłuszcz: 68 g, kw. tł. nasycone: 31,7 g, węglowodany ogółem: 275,1 g, w tym cukry: 36,5 g, błonnik pokarmowy: 24 g, sód: 2,3 g	Wartość energetyczna 2296 kcal, białko: 126,7 g, tłuszcz: 78,4 g, kw. tł. nasycone: 26,3 g, węglowodany ogółem: 283,7 g, w tym cukry: 46,9 g, błonnik pokarmowy: 37,6 g, sód: 3,9 g

**SOBOTA, 04.04.2026 r**

	DIETA PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 150 g ( <i>alergeny 7</i> ) Pomidorowy pasztet z soczewicy 80 g ( <i>alergeny 1,3, może zaw. 6</i> ) Ogórek konserwowy 40 g Chleb pszenno-żytni 60g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka kajzerka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )	Jogurt owocowy 150 g ( <i>alergeny 7</i> ) Domowy pasztet z mięsa mieszanego 60 g ( <i>alergeny 1,3</i> ) Pomidor 60 g Chleb pszenny 60g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka kajzerka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )	Jogurt naturalny 150 g ( <i>alergeny 7</i> ) Pomidorowy pasztet z soczewicy 80 g ( <i>alergeny 1,3, może zaw. 6</i> ) Ogórek konserwowy 40 g Chleb żytni 60g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka grahamka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1</i> ) + II śniadanie: jabłko 1 szt
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml ( <i>alergeny 1,7,9</i> ) Pieczone kotlety ziemniaczane podane z sosem koperkowym 300 g ( <i>alergeny 1, 3, 7</i> ) Sałata z jogurtem 80 g( <i>alergeny 3</i> ) Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml ( <i>alergeny 1,7,9</i> ) Pieczone kotlety ziemniaczane podane z sosem koperkowym 300 g ( <i>alergeny 1, 3, 7</i> ) Sałata z jogurtem 80 g( <i>alergeny 3</i> ) Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml ( <i>alergeny 1,7,9</i> ) Pieczone kotlety ziemniaczane podane z sosem koperkowym 300 g ( <i>alergeny 1, 3, 7</i> ) Sałata z jogurtem 80 g( <i>alergeny 3</i> ) Kompot bez cukru 250 ml
KOLACJA	Serek wiejski 150 g ( <i>alergeny 3</i> ) Szynka wieprzowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Rzodkiewka 40 g Chleb pszenno-żytni 80 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml	Serek wiejski 150 g ( <i>alergeny 3</i> ) Szynka wieprzowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Pomidor 40 g Chleb pszenny 80 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml	Serek wiejski 150 g ( <i>alergeny 3</i> ) Szynka wieprzowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Rzodkiewka 40 g Chleb żytni 80 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło śmietankowe 62% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Szynka drobiowa 15 g Masło śmietankowe 62% tł 5 g ( <i>alergeny 7</i> ) Ogórek 20 g Chleb pszenno-żytni 30 g ( <i>alergeny 1</i> )	Szynka drobiowa 15 g Masło śmietankowe 62% tł 5 g ( <i>alergeny 7</i> ) Pomidor 20 g Chleb pszenny 30 g ( <i>alergeny 1</i> )	Szynka drobiowa 15 g Masło śmietankowe 62% tł 5 g ( <i>alergeny 7</i> ) Ogórek 20 g Chleb żytni 30 g ( <i>alergeny 1</i> )
	Wartość energetyczna 2238 kcal, białko: 99,7 g, tłuszcz: 67,8 g, kw. tł. nasycone: 25,1 g, węglowodany ogółem: 323,7 g, w tym cukry: 35 g, błonnik pokarmowy: 29,4 g, sód: 3,4 g	Wartość energetyczna 2162 kcal, białko: 98,1 g, tłuszcz: 70,2 g, kw. tł. nasycone: 27,3 g, węglowodany ogółem: 294,1 g, w tym cukry: 36,2 g, błonnik pokarmowy: 24,8 g, sód: 3 g	Wartość energetyczna 2257 kcal, białko: 102,8 g, tłuszcz: 71,8 g, kw. tł. nasycone: 25,9 g, węglowodany ogółem: 311,3 g, w tym cukry: 27,5g, błonnik pokarmowy: 41,5 g, sód: 3,8 g

**NIEDZIELA, 05.04.2026 r**

	DIETA PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	<p>Gotowana biała kiełbaska 100 g (może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</p> <p>Jajko gotowane – 1 szt (alergen 3)</p> <p>Rzodkiewka 40 g</p> <p>Majonez 15 g (alergeny 3,10)</p> <p>Chleb pszenno-żytni 60 g (alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</p> <p>Bułka kajzerka 50 g (alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (alergeny 7)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (alergeny 1,7)</p>	<p>Gotowana biała kiełbaska 100 g (może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</p> <p>Jajko gotowane – 1 szt (alergen 3)</p> <p>Pomidor 40 g</p> <p>Ketchup 15 g (alergeny 9,10)</p> <p>Chleb pszenny 60g (alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</p> <p>Bułka kajzerka 50 g (alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (alergeny 7)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (alergeny 1,7)</p>	<p>Gotowana biała kiełbaska 100 g (może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</p> <p>Jajko gotowane – 1 szt (alergen 3)</p> <p>Rzodkiewka 40 g</p> <p>Majonez 15 g (alergeny 3,10)</p> <p>Chleb żytni 60 g (alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</p> <p>Bułka grahamka 50 g (alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (alergeny 7)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (alergeny 1)</p> <p>+ II śniadanie: gruszka 1 szt.</p>
OBIAD	<p>Zupa żurek 300 ml (alergeny 1,7,9, może zawierać 3)</p> <p>Kotlet schabowy 120g (alergen 1,3)</p> <p>Ziemniaki gotowane z koperkiem 150 g</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g</p> <p>Kisiel 180 ml</p>	<p>Zupa żurek 300 ml (alergeny 1,7,9, może zawierać 3)</p> <p>Kotlet schabowy 120g (alergen 1,3)</p> <p>Ziemniaki gotowane z koperkiem 150 g</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g</p> <p>Kisiel 180 ml</p>	<p>Zupa żurek 300 ml (alergeny 1,7,9, może zawierać 3)</p> <p>Kotlet schabowy 120g (alergen 1,3)</p> <p>Ziemniaki gotowane z koperkiem 150 g</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g</p> <p>Kisiel bez cukru 180 ml</p>
KOLACJA	<p>Domowe tymbaliki drobiowe – 80 g (może zaw: 9, 10)</p> <p>Sałatka jarzynowa 150 g (alergeny 3, 7, 9, 10)</p> <p>Sałata 10 g</p> <p>Chleb pszenno-żytni 100 g (alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (alergeny 7)</p> <p>Herbata bez cukru 250 ml</p>	<p>Domowe tymbaliki drobiowe – 80 g (może zaw: 9, 10)</p> <p>Sałatka jarzynowa 150g (alergeny 3, 7, 9, 10)</p> <p>Sałata 10 g</p> <p>Chleb pszenny 100 g (alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (alergeny 7)</p> <p>Herbata bez cukru 250 ml</p>	<p>Domowe tymbaliki drobiowe – 80 g (może zaw: 9, 10)</p> <p>Sałatka jarzynowa 150g (alergeny 3, 7, 9, 10)</p> <p>Sałata 10 g</p> <p>Chleb żytni 100 g (alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</p> <p>Masło śmietankowe 62% tł 10 g (alergeny 7)</p> <p>Herbata bez cukru 250 ml</p>
POSIŁEK NOCNY	<p>Jogurt naturalny 200 g (alergeny 7)</p>	<p>Jogurt naturalny 200 g (alergeny 7)</p>	<p>Jogurt naturalny 200 g (alergeny 7)</p>
	<p>Wartość energetyczna 2222 kcal, białko: 112,5 g, tłuszcz: 84,7 g, kw. tł. nasycone: 25,9 g, węglowodany ogółem: 262,6 g, w tym cukry: 47 g, błonnik pokarmowy: 22,6 g, sód: 2,7 g</p>	<p>Wartość energetyczna 2149 kcal, białko: 115,2 g, tłuszcz: 73,7 g, kw. tł. nasycone: 24,2 g, węglowodany ogółem: 259,9 g, w tym cukry: 48,4 g, błonnik pokarmowy: 21,6 g, sód: 2,7 g</p>	<p>Wartość energetyczna 2192 kcal, białko: 115,5 g, tłuszcz: 87,4 g, kw. tł. nasycone: 26,1 g, węglowodany ogółem: 243,3 g, w tym cukry: 25,9 g, błonnik pokarmowy: 31,4 g, sód: 3,1 g</p>

**PONIEDZIAŁEK, 06.04.2026 r**

	DIETA PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300ml ( <i>alergeny 1,7</i> ) Szynka wieprzowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )	Makaron na mleku 300ml ( <i>alergeny 1,7</i> ) Szynka wieprzowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )	Kefir 300 g ( <i>alergeny 7</i> ) Szynka wieprzowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Pomidor 50 g Chleb żytni 80g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )+ II śniadanie: jabłko 1 szt
OBIAD	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml ( <i>alergeny 7,9</i> ) Udko kurczące pieczone 120 g Ryż gotowany na sypko 150 g Surówka z marchewki z jabłkiem 100 g Kompot 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml ( <i>alergeny 7,9</i> ) Udko kurczące pieczone 120 g Ryż gotowany na sypko 150 g Surówka z marchewki z jabłkiem 100 g Kompot 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml ( <i>alergeny 7,9</i> ) Udko kurczące pieczone 120 g Ryż brązowy gotowany na sypko 150 g Surówka z marchewki z jabłkiem 100 g Kompot bez cukru 250 ml
KOLACJA	Domowy pasztet drobiowy 60 g ( <i>alergeny 1,3</i> ) Twarożek ziołowy – 80 g ( <i>alergeny 7</i> ) Sałata 10 g Ogórek kiszony 50 g Chleb pszenno-żytni 60 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka kajzerka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml	Domowy pasztet drobiowy 60 g ( <i>alergeny 1,3</i> ) Twarożek ziołowy – 80 g ( <i>alergeny 7</i> ) Sałata 10 g Pomidor 50 g Chleb pszenny 60 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka kajzerka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml	Domowy pasztet drobiowy 60 g ( <i>alergeny 1,3</i> ) Twarożek ziołowy – 80 g ( <i>alergeny 7</i> ) Sałata 10 g Ogórek kiszony 50 g Chleb żytni 60 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka grahamka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Sok pomidorowy 330 ml Pieczywo chrupkie 21 g ( <i>alergeny 1</i> )	Sok pomidorowy 330 ml Pieczywo chrupkie 21 g ( <i>alergeny 1</i> )	Sok pomidorowy 330 ml Pieczywo chrupkie 21 g ( <i>alergeny 1</i> )
	Wartość energetyczna 2256 kcal, białko: 107,4 g, tłuszcz: 82 g, w tym nasycone: 24,6 g, węglowodany ogółem: 282,9 g, w tym cukry: 58,7g, błonnik pokarmowy: 27,9 g, sód: 2,5 g	Wartość energetyczna 2273 kcal, białko: 109,7 g, tłuszcz: 82,2 g, w tym nasycone: 24,6 g, węglowodany ogółem: 283,9 g, w tym cukry: 58,7g, błonnik pokarmowy: 27,1 g, sód: 2,6 g	Wartość energetyczna 2207 kcal, białko: 109,5 g, tłuszcz: 86,1 g, w tym nasycone: 25,6 g, węglowodany ogółem: 260,2 g, w tym cukry: 68,8g, błonnik pokarmowy: 38,8 g, sód: 2,5 g

**WTOREK, 07.04.2026 r**

	DIETA PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	Serek wiejski 150 g ( <i>alergeny 7</i> ) Szynka drobiowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Dżem 15 g Ogórek zielony 50 g Chleb pszenno-żytni 100g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )	Serek wiejski 150 g ( <i>alergeny 7</i> ) Szynka drobiowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Dżem 15 g Pomidor 40 g Chleb pszenny 100g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )	Serek wiejski 150 g ( <i>alergeny 7</i> ) Szynka drobiowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Ogórek zielony 50 g Chleb żytni 100g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )+ II śniadanie: gruszka 1 szt
OBIAD	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml ( <i>alergeny 7,9</i> ) Bitka wieprzowa 120 g ( <i>alergeny 1</i> ) Kasza gryczana na sypko 150 g Surówka z selera z jogurtem 100 g ( <i>alergeny 7,9</i> ) Kompot 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml ( <i>alergeny 7,9</i> ) Bitka wieprzowa 120 g ( <i>alergeny 1</i> ) Kasza kuskus 150 g ( <i>alergeny 1</i> ) Surówka z selera z jogurtem 100 g ( <i>alergeny 7,9</i> ) Kompot 250 ml	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml ( <i>alergeny 7,9</i> ) Bitka wieprzowa 120 g ( <i>alergeny 1</i> ) Kasza gryczana na sypko 150 g Surówka z selera z jogurtem 100 g ( <i>alergeny 7,9</i> ) Kompot bez cukru 250 ml
KOLACJA	Sałatka ziemniaczana 100 g ( <i>alergen 9</i> ) Śledź 100 g ( <i>alergeny 4</i> ) Sałata 10 g Chleb pszenno-żytni 80 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml	Sałatka ziemniaczana 100 g ( <i>alergen 9</i> ) Jajko gotowane 2 szt ( <i>alergen 3</i> ) Sałata 10 g Chleb pszenny 80 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml	Sałatka ziemniaczana 100 g ( <i>alergen 9</i> ) Śledź 100g ( <i>alergeny 4</i> ) Sałata 10 g Chleb żytni 80 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Maślanka 300 ml ( <i>alergeny 7</i> ) Jabłko 1 szt	Maślanka 300 ml ( <i>alergeny 7</i> ) Jabłko 1 szt	Maślanka 300 ml ( <i>alergeny 7</i> ) Pieczywo żytnie 30g
	Wartość energetyczna 2144 kcal, białko: 121,9 g, tłuszcz: 72,6 g, w tym nasycone: 24,9 g, węglowodany ogółem: 265,4 g, w tym cukry: 74,5g, błonnik pokarmowy: 29,9 g, sód: 3,2 g	Wartość energetyczna 2106 kcal, białko: 120,4 g, tłuszcz: 70,4 g, w tym nasycone: 31,5 g, węglowodany ogółem: 257,3 g, w tym cukry: 67,1g, błonnik pokarmowy: 27g, sód: 2,2 g	Wartość energetyczna 2197 kcal, białko: 125,5 g, tłuszcz: 76,5 g, w tym nasycone: 25,6 g, węglowodany ogółem: 263,4 g, w tym cukry: 74g, błonnik pokarmowy: 36,7 g, sód: 3,2 g

ŚRODA, 08.04.2026 r

	DIETA PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml <i>(alergeny 1,7)</i> Pasta z białek jaj 80 g <i>(alergeny 3,7)</i> Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 80g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Kawa zbożowa 250 ml <i>(alergeny 1,7)</i>	Płatki owsiane na mleku 300 ml <i>(alergeny 1,7)</i> Pasta z białek jaj 80 g <i>(alergeny 3,7)</i> Pomidor 50 g Chleb pszenny 80g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Kawa zbożowa 250 ml <i>(alergeny 1,7)</i>	Płatki z serkiem wiejskim i jabłkiem 250 g <i>(alergeny 1,7)</i> Pasta z białek jaj 80 g <i>(alergeny 3,7)</i> Pomidor 50 g Chleb żytni 80g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Kawa zbożowa 250 ml <i>(alergeny 1,7)</i> + II śniadanie: sok pomidorowy 330 ml
OBIAD	Zupa barszcz ukraiński 300 ml <i>(alergeny 7,9)</i> Wątróbka drobiowa z cebulką i jabłkiem 120g <i>(alergeny 1)</i> Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g <i>(alergeny 10)</i> Kompot 250 ml	Zupa barszcz ukraiński 300 ml <i>(alergeny 7,9)</i> Wątróbka drobiowa z jabłkiem 120 g <i>(alergeny 1)</i> Ziemniaki gotowane 150 g Marchew gotowana 100 g Kompot 250 ml	Zupa barszcz ukraiński 300 ml <i>(alergeny 7,9)</i> Wątróbka drobiowa z cebulką i jabłkiem 120g <i>(alergeny 1)</i> Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g <i>(alergeny 10)</i> Kompot bez cukru 250 ml
KOLACJA	Risotto z warzywami – 150 g Szynka wieprzowa 40 g <i>(może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</i> Sałata 10 g Chleb pszenno-żytni 80 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Herbata bez cukru 250 ml	Risotto z warzywami – 150 g Szynka wieprzowa 40 g <i>(może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</i> Sałata 10 g Chleb pszenny 80 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Herbata bez cukru 250 ml	Risotto z warzywami (na brązowym ryżu) – 150 g Szynka wieprzowa 40 g <i>(może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</i> Sałata 10 g Chleb żytni 80 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Jogurt naturalny 200 ml <i>(alergeny 7)</i> Rogalik maślany 50 g <i>(alergeny 1,3,7)</i>	Jogurt naturalny 200 ml <i>(alergeny 7)</i> Rogalik maślany 50 g <i>(alergeny 1,3,7)</i>	Jogurt naturalny 200 ml <i>(alergeny 7)</i> Ciastko owsiane 30 g <i>(alergeny 1,3,7,11, może zaw. 5, 8)</i>
	Wartość energetyczna 2360 kcal, białko: 101 g, tłuszcz: 91,6 g, w tym nasycone: 30,9 g, węglowodany ogółem: 294,7 g, w tym cukry: 61 g, błonnik pokarmowy: 27,6 g, sód: 3,5 g	Wartość energetyczna 2292 kcal, białko: 103,5 g, tłuszcz: 81,3 g, w tym nasycone: 30,3 g, węglowodany ogółem: 299,4 g, w tym cukry: 64,2 g, błonnik pokarmowy: 27,9 g, sód: 2,7 g	Wartość energetyczna 2290 kcal, białko: 101,6 g, tłuszcz: 88,9 g, w tym nasycone: 25,8 g, węglowodany ogółem: 282,8 g, w tym cukry: 56,8 g, błonnik pokarmowy: 37,3 g, sód: 3,5 g

**CZWARTEK, 09.04.2026 r**

	DIETA PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	Pasta z tuńczyka i serka wiejskiego 80 g <i>(alergeny 3, 7)</i> Domowy schab gotowany 40 g Ogórek kiszony 50 g Chleb pszenno-żytni 80g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Bułka kajzerka 50 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Kawa zbożowa 250 ml <i>(alergeny 1,7)</i>	Pasta z tuńczyka i serka wiejskiego 80 g <i>(alergeny 3, 7)</i> Domowy schab gotowany 40 g Pomidor 50 g Chleb pszenny 80g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Bułka kajzerka 50 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Kawa zbożowa 250 ml <i>(alergeny 1,7)</i>	Pasta z tuńczyka i serka wiejskiego 80 g <i>(alergeny 3, 7)</i> Domowy schab gotowany 40 g Ogórek kiszony 50 g Chleb żytni 80g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Bułka grahamka 50 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Kawa zbożowa 250 ml <i>(alergeny 1,7)</i> + II śniadanie: jabłko 1 szt
OBIAD	Zupa kalafiorowa 300 ml <i>(alergeny 7,9)</i> Gulasz mięsno-warzywny 120 g <i>(alergeny 1,9)</i> Kasza bulgur gotowana 150 g <i>(alergeny 1)</i> Surówka z kapusty czerwonej a'la colesław z jogurtem 100 g <i>(alergeny 7, 10)</i> Kompot 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml <i>(alergeny 7,9)</i> Gulasz mięsno-warzywny 120 g <i>(alergeny 1,9)</i> Kasza bulgur gotowana 150 g <i>(alergeny 1)</i> Sałata z jogurtem 100 g Kompot 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml <i>(alergeny 7,9)</i> Gulasz mięsno-warzywny 120 g <i>(alergeny 1,9)</i> Kasza bulgur gotowana 150 g <i>(alergeny 1)</i> Surówka z kapusty czerwonej a'la colesław z jogurtem 100 g <i>(alergeny 7, 10)</i> Kompot bez cukru 250 ml
KOLACJA	Sałatka z kaszą kuskus i warzywami 150 g <i>(alergeny 1)</i> Szyńka drobiowa 40 g <i>(może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</i> Sałata 10 g Chleb pszenno-żytni 100 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Herbata bez cukru 250 ml	Sałatka z kaszą kuskus i warzywami 150 g <i>(alergeny 1)</i> Szyńka drobiowa 40 g <i>(może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</i> Sałata 10 g Chleb pszenny 100 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Herbata bez cukru 250 ml	Sałatka z kaszą kuskus i warzywami 150 g <i>(alergeny 1)</i> Szyńka drobiowa 40 g <i>(może zaw. 1,6, 7, 9, 10)</i> Sałata 10 g Chleb żytni 100 g <i>(alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11)</i> Masło 82% tł 10 g <i>(alergeny 7)</i> Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Kefir 200 ml <i>(alergeny 7)</i> Wafle ryżowe 30 g	Kefir 200 ml <i>(alergeny 7)</i> Wafle ryżowe 30 g	Kefir 200 ml <i>(alergeny 7)</i> Pieczywo żytnie chrupkie 21 g <i>(alergeny 1)</i>
	Wartość energetyczna 2180 kcal, białko: 109,9 g, tłuszcz: 62,5 g, w tym nasycone: 23,6 g, węglowodany ogółem: 309,7 g, w tym cukry: 44g, błonnik pokarmowy: 32,6 g, sód: 3,8 g	Wartość energetyczna 2218 kcal, białko: 109,3 g, tłuszcz: 75,7 g, w tym nasycone: 23,6 g, węglowodany ogółem: 287,3 g, w tym cukry: 41g, błonnik pokarmowy: 28,1 g, sód: 2,8 g	Wartość energetyczna 2230 kcal, białko: 109,5 g, tłuszcz: 77,8 g, w tym nasycone: 24 g, węglowodany ogółem: 285,6 g, w tym cukry: 52,5g, błonnik pokarmowy: 44,4 g, sód: 3,8 g

PIĄTEK, 10.04.2026 r

	DIETA PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 150 g ( <i>alergeny 7</i> ) Szynka wieprzowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Papryka 30 g Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka kajzerka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )	Jogurt owocowy 150 g ( <i>alergeny 7</i> ) Szynka wieprzowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Pomidor 50g Chleb pszenny 80g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka kajzerka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )	Jogurt naturalny 150 g ( <i>alergeny 7</i> ) Szynka wieprzowa 40 g ( <i>może zaw. 1,6, 7, 9, 10</i> ) Papryka 30 g Chleb żytni 80g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Bułka grahamka 50 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Kawa zbożowa 250 ml ( <i>alergeny 1,7</i> )+ II śniadanie: gruszka 1 szt
OBIAD	Zupa zacierka 300 ml ( <i>alergeny 1, 7,9</i> ) Kotlet rybny pieczony 120 g ( <i>alergeny 1, 3, 4</i> ) Gotowane ziemniaki z koperkiem 150 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g ( <i>alergeny 10</i> ) Kompot 250 ml	Zupa zacierka 300 ml ( <i>alergeny 1, 7,9</i> ) Kotlet rybny pieczony 120 g ( <i>alergeny 1, 3, 4</i> ) Gotowane ziemniaki z koperkiem 150 g Mix warzyw gotowanych 100 g Kompot 250 ml	Zupa zacierka 300 ml ( <i>alergeny 1, 7,9</i> ) Kotlet rybny pieczony 120 g ( <i>alergeny 1, 3, 4</i> ) Gotowane ziemniaki z koperkiem 150 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g ( <i>alergeny 10</i> ) Kompot bez cukru 250 ml
KOLACJA	Pasta z ciecierzycy 80 g Jajka gotowane 2 szt ( <i>alergeny 3</i> ) Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 100 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml	Twarożek z pomidorami 80 g ( <i>alergeny 7</i> ) Jajka gotowane 2 szt ( <i>alergeny 3</i> ) Pomidor 50 g Chleb pszenny 100 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml	Pasta z ciecierzycy 80 g Jajka gotowane 2 szt ( <i>alergeny 3</i> ) Pomidor 50 g Chleb żytni 100 g ( <i>alergeny 1, może zaw. 5, 6, 7, 8, 11</i> ) Masło 82% tł 10 g ( <i>alergeny 7</i> ) Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Szynka drobiowa 15 g Masło 82% tł 5 g ( <i>alergeny 7</i> ) Ogórek 20 g Chleb pszenno-żytni 30 g ( <i>alergeny 1</i> )	Szynka drobiowa 15 g Masło 82% tł 5 g ( <i>alergeny 7</i> ) Pomidor 20 g Chleb pszenny 30 g ( <i>alergeny 1</i> )	Szynka drobiowa 15 g Masło 82% tł 5 g ( <i>alergeny 7</i> ) Ogórek 20 g Chleb żytni 30 g ( <i>alergeny 1</i> )
	Wartość energetyczna 2193 kcal, białko: 101,9 g, tłuszcz: 83,1 g, w tym nasycone: 25,7 g, węglowodany ogółem: 270,7 g, w tym cukry: 41g, błonnik pokarmowy: 29,8 g, sód: 2,9 g	Wartość energetyczna 2167 kcal, białko: 111,5 g, tłuszcz: 80,3 g, w tym nasycone: 27,1 g, węglowodany ogółem: 256,9 g, w tym cukry: 40,5g, błonnik pokarmowy: 28,1 g, sód: 2,9 g	Wartość energetyczna 2253 kcal, białko: 107,3 g, tłuszcz: 87,4 g, w tym nasycone: 26,7 g, węglowodany ogółem: 268 g, w tym cukry: 45,6g, błonnik pokarmowy: 39,3 g, sód: 2,9 g

## **WYKAZ ALERGENÓW**

### Numery alergenów występujących w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, pszenica kamut)
2. Skorupiaki i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
3. Jaja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
4. Ryby i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
5. Orzeszki ziemne (arachidowe i produkty przygotowane na ich bazie)
6. Soja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
7. Mleko i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
8. Orzechy (migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca)
9. Seler i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
10. Gorczyca i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin (produkty przygotowane na ich bazie)
14. Mięczaki (produkty przygotowane na ich bazie)