

# Poniedziałek 28.07.2025 Olmedica

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
ogólna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza jęczmienna na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200 ml lub herbata z cytryną i cukrem 200 ml, chleb zwykły 60 g, bułka pszenna 1 szt. (mix 110 g), twaróg ze szczypiorkiem 30 g, konserwa suwalska 30 g, jabłko 70 g, serek waniliowy 1 szt., pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Barszcz czerwony 300 ml, ziemniaki 200 g, gulasz wieprzowy z warzywami 90g, surówka z marchewki 60 g, ogórek kiszony 60 g, kompot owocowy 200 ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem 200 ml lub herbata z cytryną i cukrem 200 ml, chleb zwykły 60 g, bułka pszenna 1 szt. (mix 110 g), blok mielony 30 g, surówka z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70 g, galaretka 175 g</li> </ul>	En: 2218,6 kcal B: 82,2 g T: 83,2 g W: 301,2 g NKT: 29,2 g Bł: 29,9 g Sól: 4,9 g Cukry: 80,1 g
łatwostrawna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza jęczmienna na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200 ml lub herbata z cytryną i cukrem 200 ml, chleb zwykły 60 g, bułka pszenna 1 szt. (mix 110 g), konserwa suwalska 50 g, jabłko 50 g, serek waniliowy 1 szt., pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Barszcz czerwony 300 ml, kasza pęczak 160 g, zraz mielony wieprzowy w sosie własnym 60 g, surówka z marchewki 120 g, kompot 200 ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem 200 ml lub herbata z cytryną i cukrem 200 ml, chleb zwykły 60 g, bułka pszenna 1 szt. (mix 110 g), blok mielony 50 g, surówka z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 50 g, galaretka 175 g</li> </ul>	En: 2111,1 kcal B: 80,0 g T: 81,4 g W: 299,2 g NKT: 29,2 g Bł: 29,9 g Sól: 4,6 g Cukry: 80,7 g
dzieci do lat 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza jęczmienna na mleku 7% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 60g, masło 82% 10g, szynka 30g, jabłko 50g, galaretka 175 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Budyń 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza gryczana 100g, zraz mielony wp, w sosie własnym 60g, marchew gotowana 60g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chrupki kukurydziane 16g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata owocowa 200 ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, poledwica sopocka 30g, liść sałaty, galaretka 175 g</li> </ul>	en: 1871,2 kcal B: 51,5 g T: 46,5 g W: 194,0 g NKT: 12,4 g bł: 11,9 g sól: 3,7 g cukry: 69,7 g
dzieci starsze	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zboż z cukrem 200ml, chleb żytni 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, twaróg ze szczypiorkiem 50g, jabłko 60g, galaretka 175 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Budyń 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chrupki kukurydziane 30g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata owocowa 200 ml, chleb żytni 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, poledwica sopocka 50g, surówka z ogórków i sałaty lodowej w sosie ziołowym 60g, galaretka 175 g</li> </ul>	en: 1871,2 kcal B: 51,5 g T: 45,5 g W: 194,0 g NKT: 12,4 g bł: 11,9 g sól: 3,7 g cukry: 69,7 g
cukrzycowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200 ml, chleb razowy 100g, twaróg 10g, krakowska parówka 50g, liść sałaty, serek wiejski 1 szt., pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kalafior gotowany 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Barszcz czerwony bez śmietany 200ml, kasza jęczmienna pęczak 100g, zraz mielony wp, w sosie własnym 60g, surówka z marchewki 120g, kompot bez cukru 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chrupki kukurydziane 30g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200 ml, chleb razowy 100g, twaróg 10g, liść sałaty, surówka z ogórków i sałaty lodowej w sosie ziołowym 50g, jabłko 1 szt.</li> </ul>	en: 1999,7 kcal B: 85,1 g T: 61,8 g W: 256,1 g NKT: 30,15 g bł: 26,8 g sól: 5,1 g cukry: 51,2 g
wątrobowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200 ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwalska 50g, gotowane jabłko, serek waniliowy 1 szt., pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna pęczak 160g, zraz mielony wp. w sosie własnym 60g, marchew gotowana 120g, kompot 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200 ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, blok mielony 50g, liść sałaty, galaretka 175 g</li> </ul>	en: 2111,1 kcal B: 80,0 g T: 81,4 g W: 299,2 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,6 g cukry: 80,7 g

Poniedziałek 28.07.2025 Olmedica						
Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
bezglutenowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryż na mleku 2% 250ml, herbata z cytryną i cukrem 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł. 10g, jajko got. 1 szt., jabłko 50g, serek wiejski 1 szt., pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak z sosem 200g, jarzyny gotowane 120g, kompot 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Herbata z cytryną i cukrem 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 50g, galaretka 175 g</li> </ul>	en: 2201,4 kcal B: 81,4 g T: 85,1 g W: 300,5 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,6 g cukry: 80,7 g
bezmleczna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200 ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwalska 50g, jabłko 50g, dżem 25 g, pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak wątrobowa, kawa zbożowa 200 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Napój owocowy 150 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak wątrobowa, galaretka 175 g</li> </ul>	en: 2191,4 kcal B: 80,2 g T: 83,4 g W: 300,5 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,6 g cukry: 80,7 g
wrzodowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, krakowska parówka mielona 50g, jabłko gotowane, serek waniliowy 1 szt., pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Budyń 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Barszcz czerwony bez śmietany 200ml, kasza jęczmienna pęczak 100g, zraz mielony wp, w sosie własnym 60g, marchew gotowana 120g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Napój owocowy 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, bób, mleko 3% 30g, liść sałaty, galaretka 175 g</li> </ul>	en: 2251,1 kcal B: 82,0 g T: 70,4 g W: 279,2 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,6 g cukry: 80,7 g

Wykaz składników alergennych: w dn. Poniedziałek 28.07.2025

Mleko (łącznie z laktozą): kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż. z mlekiem, mieszanka mleczna, barszcz ze śmietaną, budyń, polędwica sopocka, blok mielony, konserwa suwalska, serek wiejski, serek waniliowy

Zboża zawierające gluten: kasza jęczmienna na mleku, kasza pęczak, pieczywo, kawa zbożowa, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony, mieszanka mleczna, zraz w sosie własnym, kawa zbożowa, sos ogrodowy, polędwica sopocka, gulasz z łopatki

Seler: barszcz czerwony, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony, kotlety ziemniaczane, sos ogrodowy, polędwica sopocka

Soja i produkty pochodne: wafle ryżowe, konserwa suwalska, blok mielony, sos ogrodowy

Gorzyczka: konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy

**Wtorek 29.07.2025 Olmedica**

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
ogólna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt. mix tł. 10g, salceson 30g, ser żółty 30g, gruszka 70g, kefir 150 g, dżem 1 szt. mix sałat 5 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 60g, kalafior gotowany 60g, kompot owocowy 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 200ml herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, szynkowa 30g, sopocka 30g, surówka Coleslaw 70g, banan 1 szt.</li> </ul>	en: 2005,56 kcal B: 74,75 g T: 68,20 g W: 296,71 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,4 g cukry: 84,1 g
łatwostrawna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml herbata z cytryną i cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, blok mięsny 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyczy 60g, buraczki 120g, kompot z cukrem 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 2% 200ml herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, jabłko 50g, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 1999,55 kcal B: 75,20 g T: 69,25 g W: 298,51 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,5 g cukry: 82,1 g
dzieci do lat 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem 200ml herbata owocowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, masło (82%) 10g, zacierka na mleku 200ml, szynka z piersi kurczaka 15g, ser żółty 15g, liść sałaty, mus owocowy 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chrupki kukurydziane 16g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Krupnik 300ml, ziemniaki 100g, pulpet indycze 60g, buraczki 60g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kisiel 250 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml herbata owocowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, polędwica sopocka 30g, jabłko 50g, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 1775,2 kcal B: 50,5 g T: 46,7 g W: 195,0 g NKT: 12,4 g bł: 11,9 g sól: 3,7 g cukry: 69,7 g
dzieci starsze	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, szynka z piersi kurczaka 25g, ser żółty 25g, liść sałaty, sok owocowy 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chrupki kukurydziane 16g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak ogólna</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kisiel 250 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml herbata owocowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, polędwica sopocka 50g, jabłko 60g, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 2003,55 kcal B: 73,20 g T: 68,15 g W: 299,40 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,5 g cukry: 82,1 g
cukrzycowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, blok mięsny 50g, liść sałaty, cukier b/s-schab got. 50g, kefir 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chleb razowy 30g, tyrolska 30g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indycze 60g, buraczki 120g, kompot bez cukru 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok pomidorowy 150 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, surówka Coleslaw 50g, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 2399,0 kcal B: 62,1 g T: 83 g W: 315,2 g NKT: 36,2 g bł: 33,5 g sól: 5,2 g cukry: 113,2 g
wątrobowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml herbata z cytryną i cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., blok mięsny 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, buraczki 120g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski 50g, jabłko got 50g, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 2000,55 kcal B: 75,20 g T: 69,25 g W: 298,51 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,5 g cukry: 82,1 g

Wtorek 29.07.2025 Olmedica						
Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
bezglutenowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, kurczak gotowany 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chrupki kukurydziane 16g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ziemniaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, gałka indyjska 60g, buraczki 120g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 150 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtusty 50g, jabłko 50g, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 2102,4 kcal B: 71,10 g T: 69,2 g W: 280,40 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,5 g cukry: 82,1 g
bezmleczna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, blok mięsny 50g, liść sałaty, mus owocowy 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chrupki kukurydziane 16g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, buraczki 120g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 150 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak wątrobowa, kawa zboż. 200ml herbata z cytryną i cukrem 200ml, banan 1 szt.</li> </ul>	en: 2003,55 kcal B: 73,20 g T: 68,15 g W: 299,40 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,5 g cukry: 82,1 g
wrzodowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak papkowata, kefir 1 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chrupki kukurydziane 16g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, buraczki 120g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kisiel 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, przysmak suwalski mielony 50g, jabłko got. 50g, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 2003,55 kcal B: 73,20 g T: 68,15 g W: 299,40 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,5 g cukry: 82,1 g

Wykaz składników alergennych: w dn. Wtorek 29.07.2025

Mleko (łącznie z laktozą): zacierki na mleku, mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, przysmak suwalski, salceson, blok mięsny, krakowska, mieszanka płynna, ser biały, szynka z piersi kurczaka, polędwica sopocka, serek waniliowy, jogurt naturalny, jogurt owocowy bez cukru, ser topiony

Zboża zawierające gluten: zacierki na mleku, mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, przysmak suwalski, salceson, blok mięsny, krakowska, mieszanka płynna, ser biały, szynka z piersi kurczaka, polędwica sopocka.

Seler: wędliny: przysmak suwalski, salceson, krakowska, blok mięsny.

Soja i produkty pochodne: wafle ryżowe, chrupki kukurydziane, przysmak suwalski, salceson, krakowska, blok mięsny.

Jajo: stek, pulpet z indyka, stek z cebulką.

Grzyby: wędliny: salceson, przysmak suwalski, blok mięsny, krakowska, szynka z piersi kurczaka, polędwica sopocka.

# Środa 30.07.2025 Olmedica

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
ogólna	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasztetowa 30g, pasztet z pieca 30g, jabłko 70g, ser topiony 1 szt. pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ryzowa ze śmietaną 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszanej kapusty 60g, brokuł na parze 60g, kompot 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 30g, pomidor 70g, jogurt pitny 170 g</li> </ul>	en: 2209,75 kcal B: 70,84 g T: 86,63 g W: 307,25 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,6 g cukry: 83,2 g
łatwostrawna	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasztet 50g, liść sałaty, serek wiejski 150 g, pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ryzowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200 ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtusty 50g, dżem 30g, jogurt pitny 170 g</li> </ul>	en: 2189,5 kcal B: 69,82 g T: 89,50 g W: 304,16 g NKT: 28,2 g bł: 25,9 g sól: 4,9 g cukry: 87,2 g
dzieci do lat 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Płatki owsiane na mleku 200ml, chleb zwykły 60g, masło (82%) 10g, pasztet 30g, kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, liść sałaty, serek waniliowy 140 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Budyń 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ryzowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Herbatniki 25g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, ser biały półtusty 30g, jabłko 50g, miód 1 szt., jogurt pitny 170 g</li> </ul>	en: 1800,2 kcal B: 51,1 g T: 46,6 g W: 198,1 g NKT: 12,4 g bł: 11,9 g sól: 3,4 g cukry: 67,0 g
dzieci starsze	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% lub herbata owocowa z cukrem 200ml, tł. 10g, pasztet 50g, liść sałaty, serek waniliowy 140 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Budyń 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak lekkostrawna</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Herbatniki 25g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zboż z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% tł. 10g, ser biały półtusty 50g, jabłko 60g, miód 1 szt., jogurt pitny 170 g</li> </ul>	en: 2281,0 kcal B: 65,1 g T: 83,45 g W: 320,2 g NKT: 36,2 g bł: 33,5 g sól: 5,2 g cukry: 113,2 g
cukrzycowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200 ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztet 50g, liść sałaty, cukrzyc. bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, serek wiejski 1 szt., pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chleb razowy 30g, krakowski a 20g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60g, sur. z kiszanej kapusty 120g, kompot bez cukru 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wafle ryżowe 2 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zboż bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200 ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajo got. 1 szt., jabłko 60g, sok pomidorowy 300 ml</li> </ul>	en: 2011,1 kcal B: 82,3 g T: 61,1 g W: 256,7 g NKT: 30,15 g bł: 26,8 g sól: 5,1 g cukry: 51,2 g
wątrobowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., pasztet 50g, liść sałaty, serek wiejski 1 szt., pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zboż z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtusty 50g, dżem 30g, jogurt pitny 170 g</li> </ul>	en: 2189,5 kcal B: 69,82 g T: 89,50 g W: 304,16 g NKT: 28,2 g bł: 25,9 g sól: 4,9 g cukry: 87,2 g

Środa 30.07.2025 Olmedica						
Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
bezglutenowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt. mix tł. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, liść sałaty, serek wiejski 1 szt., pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wafle ryżowe 2szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab w sosie własnym 60g, sur z kiszzonej kapusty 120g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, dżem 30g, jogurt pitny 170 g</li> </ul>	en: 2101,5 kcal B: 64,8 g T: 81,54 g W: 301 g NKT: 28,2 g bł: 25,9 g sól: 4,9 g cukry: 87,2 g
bezmleczna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, pasztet 50g, liść sałaty, pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wafle ryżowe 2szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60g, surówka z kiszzonej kapusty 120g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż.z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., kurczak gotow 70g, jabłko 60g, sok pomidorowy 300 ml</li> </ul>	en: 2113,5 kcal B: 67,8 g T: 85,59 g W: 309,15 g NKT: 28,2 g bł: 25,9 g sól: 4,9 g cukry: 87,2 g
wrzodowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, pasztet 50g, liść sałaty, serek wiejski 150 g, pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Herbatniki 25g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, kurczak gotowany mielony 50g, jabłko got. 60g, jogurt pitny 170 g</li> </ul>	en: 2100,5 kcal B: 65,8 g T: 84,54 g W: 300,05 g NKT: 28,2 g bł: 25,9 g sól: 4,9 g cukry: 87,2 g

#### Wykaz składników alergennych: w dn. Środa 30.07.2025

Mleko (łącznie z laktozą): płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tł., kawa z mlekiem, budyń, ser biały półtłusty, mieszanka mleczna, pasztetowa, pasztet, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, jogurt owocowy, serek wiejski, ser topiony, jogurt pitny

Zboża zawierające gluten: pieczywo, kawa inka z mlekiem, herbatniki, kawa zbożowa, miesz. mleczna, pasztet, pasztetowa, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym

Seler: zupa ryżowa, pasztetowa, pasztet, krakowska

Soja i produkty pochodne: wafle ryżowe, pasztet, pasztetowa, krakowska

Gorczyca: wędliny: pasztet, pasztetowa, krakowska

Jajo: jajko gotowane, babka ziemniaczana

**Czwartek 31.07.2025 Olmedica**

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
ogólna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cukrem i cytryną 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, serdelek 1szt., szynkowa 30g, jabłko 70g, mix sałat 5 g, jogurt naturalny 1 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, filet kurczęcy w sosie warzywnym 90g, surówka z czerwonej kapusty 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cukrem i cytryną 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twarożek ziołowy 30g, szynka z piersi kurczaka 30g, pomarańcza 70g, wafle ryżowe 2 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>	en: 2167,39 kcal B: 84,65 g T: 58,91 g W: 319,66 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,6 g cukry: 83,2 g
łatwostrawna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cukrem i cytryną 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, serdelek 1szt., jabłko 50g, mix sałat 5 g, jogurt naturalny 1 szt.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Rosół z makaronem 300ml, pęczak 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie własnym 60g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cukrem i cytryną 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twarożek ziołowy 50g, pomarańcza 50g, wafle ryżowe 2 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>	en: 2068,89 kcal B: 82,25 g T: 52,31 g W: 317,56 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,4 g cukry: 80,0 g
dzieci do lat 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, ogórek 50g, jogurt naturalny 1 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>biszkopty 15g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rosół z makaronem 200ml, kasza gryczana 100g, filet kurczęcy gotowany w sosie własnym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Herbatniki 25g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z piersi kurczaka 30g, pomarańcza 50g, mus owocowy 1 szt.</li> </ul>	en: 2035,11 kcal B: 81,36 g T: 76,49 g W: 274,21 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,6 g cukry: 83,2 g
dzieci starsze	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 10g, szynkowa 50g, ogórek 60g, jogurt naturalny 1 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>biszkopty 30g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie własnym 90g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Herbatniki 25g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, szynka z piersi kurczaka 50g, pomarańcza 60g, sok owocowy 1 szt.</li> </ul>	en: 2321,0 kcal B: 69,1 g T: 87,45 g W: 333,4 g NKT: 36,2 g bł: 33,5 g sól: 5,2 g cukry: 113,2 g
cukrzycowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, serdelek 1 szt., jabłko 50g, schab gotowany 50g, mix sałat 5 g, jogurt naturalny 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok wielowarzywny 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rosół z makaronem 300ml, pęczak 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie własnym 60g, surówka z czerwonej kapusty 120g, kompot bez cukru 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chleb razowy 30g, jajko 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, blok mielony 50g, liść sałaty, wafle ryżowe 2 szt.</li> </ul>	en: 1998,1 kcal B: 81,3 g T: 63,1 g W: 250 g NKT: 30,15 g bł: 26,8 g sól: 5,1 g cukry: 49,2 g
wątrobowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cukrem i cytryną 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., serdelek 1 szt., jabłko 50g, mix sałat 5 g, jogurt naturalny 1 szt.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Rosół z makaronem 300ml, pęczak 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie własnym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kompot 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cukrem i cytryną 200ml, bułka pszenna 1 szt., twarożek ziołowy bez soli 50g, pomarańcza 50g, wafle ryżowe 2 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>	en: 2068,89 kcal B: 82,25 g T: 52,31 g W: 317,56 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,4 g cukry: 80,0 g

Czwartek 31.07.2025 Olmedica						
Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
bezglutenowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, jajo 1 sztuka, jabłko 50g, mix sałat 5 g, jogurt naturalny 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 200g, filet kurczęcy gotowany 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kompot 200 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, twarożek ziołowy 50g, pomarańcza 50g, dżem 1 szt.</li> </ul>	en: 2057,89 kcal B: 84,15 g T: 53,11 g W: 311,16 g NKT: 29,2 g bl: 26,9 g sól: 4,4 g cukry: 81,0 g
bezmleczna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem 200ml, lub herbata z cukrem i cytryną 200ml bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, serdelek 1 szt., jabłko 50g, mix sałat 5 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rosół z makaronem 300 ml, pęczak 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie własnym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kompot 200 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa 200ml lub herbata z cukrem i cytryną 200ml bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, blok mielony 50g, pomarańcza 50g, wafle ryżowe 2 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>	en: 2169,89 kcal B: 86,25 g T: 55,41 g W: 321,16 g NKT: 29,2 g bl: 26,9 g sól: 4,4 g cukry: 79,0 g
wrzodowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, serdelek mielony 1szt., jabłko 50g, mix sałat 5 g, jogurt naturalny 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sok wielowarzywny 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak papkowata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cukrem i cytryną 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, schab gotowany mielony 50g, pomarańcza 50g, wafle ryżowe 2 szt., dżem 1 szt.</li> </ul>	en: 2158,89 kcal B: 85,25 g T: 55,31 g W: 320,56 g NKT: 29,2 g bl: 26,9 g sól: 4,4 g cukry: 80,0 g

Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Czwartek 31.07.2025

Mleko (łącznie z laktozą): kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, serdelek, kiełbasa suwalska, miesz. płynna, twarożek ziołowy ze śmietaną, cebulą i szczypiorkiem, twarożek ziołowy, ciasto drożdżowe, szynka z piersi, jogurt naturalny, jogurt pitny owocowy, kefir, serek waniliowy

Zboża zawierające gluten: kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, mieszanka płynna, kiełbasa suwalska, serdele, szynkowa, blok mielony, rosół z makaronem, szynka z piersi, gotowany filet kurczęcy w sosie warzywnym

Seler: rosół, serdele, szynkowa, blok mielony, szynka z piersi

Soja i produkty pochodne: wafle ryżowe, serdele, kiełbasa suwalska, blok mielony, szynkowa

Jajo: ciasto drożdżowe, rosół z makaronem

**Piątek 01.08.2025 Olmedica**

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
ogólna	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł 10g, jajo gotowane 1 szt., serek topiony 30g, gruszka 70g, jogurt owocowy 150 g, pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pomidorowa z ryżem 300ml, ziemniaki 200g, smażony dorsz 90g, sur. z białej kapusty z marchewką 60g, buraczki 60g, kompot owocowy 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 200 ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł 10g, ser biały półtusty 30g, ser żółty 30g, jabłko 70g, miód 1 szt.</li> </ul>	en: 2035,11 kcal, B: 81,36 g, T: 76,49 g, W: 274,21 g, NKT: 29,2 g, bł: 26,9 g, sól: 4,6 g, cukry: 83,2 g
łatwostrawna	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł 10g, jajo gotowane 1 szt., dżem 30g, jogurt owocowy 150 g, pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, pulpet rybny z warzywami 60g, buraczki 120g, kompot 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł 10g, ser biały półtusty 50g, liść sałaty, jabłko 140 g</li> </ul>	en: 2035,11 kcal B: 81,36 g T: 76,49 g W: 274,21 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,6 g cukry: 83,2 g
dzieci do lat 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, pasta z jaja ze szczypiorkiem, dżem 30g, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Galaretka owocowa 150g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, buraczki 60g, pulpet rybny z warzywami 60g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biskopki 30g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200 ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, serek waniliowy 1 szt., jabłko 50g, miód 1 szt.</li> </ul>	en: 1750,11 kcal B: 88,26 g T: 68,49 g W: 264,21 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,6 g cukry: 83,2 g
dzieci starsze	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak lekkostrawna masło (82%) 10g, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Galaretka owocowa 150g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak ogólna</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biskopki 30g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% tł. 10g, polędwica sopocka 50g, jabłko 60g, miód 1 szt.</li> </ul>	en: 2331,5 kcal B: 70,5 g T: 85,35 g W: 323,4 g NKT: 36,2 g bł: 33,5 g sól: 5,2 g cukry: 113,2 g
cukrzycowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zbożowa bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt, ogórek 50g, jogurt owocowy bez cukru 150 g, pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sok pomidoro wy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, pulpet rybny z warzywami 60g, buraczki 120g, kompot bez cukru 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wafle ryżowe 2 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zboż. bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, liść sałaty, jabłko 140 g</li> </ul>	en: 1999,5 kcal B: 81,4 g T: 59,1 g W: 244,7 g NKT: 30,15 g bł: 26,8 g sól: 5,1 g cukry: 51,2 g
wątrobowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, białka z 2 jaj, dżem 30g, jogurt owocowy bez cukru 150 g, pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, pulpet rybny z warzywami 60g, buraczki 120g, kompot 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., szynkowa 50g, liść sałaty, jabłko 140 g</li> </ul>	en: 2035,11 kcal B: 81,36 g T: 76,49 g W: 274,21 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,6 g cukry: 83,2 g

Piątek 18.07.2025 Olmedica						
Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
bezglutenowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., dżem 30g, jogurt owocowy bez cukru 150 g, pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Napój owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pomidorowa z ryżem 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 50g, buraczki 120g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wafle ryżowe 2szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, pałka kurczęca gotowana, liść sałaty, jabłko 140 g</li> </ul>	en: 2156,11 kcal B: 81,16 g T: 74,49 g W: 262,21 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,6 g cukry: 83,2 g
bezmleczna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, jajo gotowane 1szt., dżem 30g, mus owocowy 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, pulpet rybny z warzywami 60g, buraczki 120g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wafle ryżowe 2szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak wątrobowa, kawa zboż. 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, jabłko 140 g</li> </ul>	en: 2156,11 kcal B: 81,16 g T: 74,49 g W: 262,21 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,6 g cukry: 83,2 g
wrzodowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, jajo mielone, serek wiejski 1 szt., jogurt owocowy bez cukru 150 g, pomidorki koktajlowe 40 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, pulpet rybny z warzywami 60g, buraczki 120g, kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Biszkopty 30g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, jabłko 140 g</li> </ul>	en: 2155,11 kcal B: 80,16 g T: 75,39 g W: 262,21 g NKT: 29,2 g bł: 26,9 g sól: 4,6 g cukry: 83,2 g

#### Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Piątek 18.07.2025

Mleko (łącznie z laktozą): płatki owsiane na mleku, wiosenna, mix tł, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serek waniliowy, mieszanka płynna,

biszkopty, pomidorowa, szynkowa, jogurt owocowy, serek wiejski

Zboża zawierające gluten: pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, kotlet rybny, pulpet rybny, kawa zbożowa z mlekiem, mieszanka płynna, biszkopty, kasza jęczmienna, szynkowa

Seler: zupa pomidorowa, kotlet rybny, szynkowa

Soja i produkty pochodne:wafle ryżowe, kotlet rybny, szynkowa

Jajo: jajo got., kotlet rybny, pulpet rybny, paluszki ziemniaczane, dorsz w jajku

Ryby: kotlet rybny, pulpet rybny, dorsz w jajku

Gorczyca: kotlet rybny, szynkowa

**Sobota 19.07.2025 Olmedica**

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
ogólna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, pasztet wp. 30g, szynkowa 30g, pomidor 70g, jogurt pitny 170 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa chłopska 300ml, kasza pęczak 160g, smażony sznyceł drobiowy 90g, sur. z ogórka kiszzonego 60g, sur. z kapusty pekińskiej 60g, kisiel 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>: Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska 30g, schab gotowany 30g, surówka z kapusty pekińskiej z sosem vinegerte 70g, ser topiony 1 szt.</li> </ul>	en: 2160,93 kcal B: 83,52 g T: 71,80 g W: 313,61 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,7 g cukry: 80,1 g
łatwostrawna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, pomidor 50g, jogurt pitny 170 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa chłopska 300ml, kasza pęczak 160g, serdelek w sosie pomidorowym 70g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kisiel 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 2061,9 kcal B: 80,02 g T: 70,1 g W: 310,51 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,7 g cukry: 79,1 g
dzieci do lat 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, masło 82% 10g, pasztet wp. 30g, pomidor 50g, kawa zbożowa z cukrem 200ml, jogurt pitny 170 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chrupki kukurydziane 16g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa chłopska 200ml, kasza pęczak 100g, kurczak gotowany 60g w sosie pomidorowym, marchewka oprószana 60g, kisiel z cukrem 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Napój owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1 szt., szynka z piersi kurczaka 30g, liść sałaty, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 1055 kcal B: 49,5 g T: 36,4 g W: 180,1 g NKT: 12,4 g bt: 11,9 g sól: 3,7 g cukry: 69,7 g
dzieci starsze	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna masło 82% 10g, jogurt pitny 170 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chrupki kukurydziane 16g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa chłopska 300ml, kasza pęczak 160g, kurczak gotowany 90g w sosie pomidorowym, marchewka oprószana 60g, kisiel z cukrem 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Napój owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% tł. 10g., szynka z piersi kurczaka 50g., liść sałaty, jabłko 120 g, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 2551,0 kcal B: 60,4 g T: 84,5 g W: 320,3 g NKT: 36,2 g bł: 33,5 g sól: 5,2 g cukry: 113,2 g
cukrzycowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, pomidor 50g; cukrzyc. bez soli - schab gotowany 50g, wafle ryżowe 2 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fasolka szparagowa gotowana 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa chłopska bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, serdelek w sosie pomidorowym 70g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kisiel bez cukru 200ml; cukrzyc. bez soli jak wrzodowa, kisiel bez cukru 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok wielowarzywny 150 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, cukrzyc. bez soli - schab gotowany 50g, liść sałaty, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 2009,1 kcal, B: 87,6 g, T: 66,9 g, W: 255,1 g, NKT: 30,15 g, bł: 26,8 g, sól: 4,5 g, cukry: 51,2 g
wątrobowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, pasztet wp. 50g, pomidor 50g, jogurt pitny 170 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa chłopska bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, kurczak gotowany 60g, marchew oprószana 120g, kisiel 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 2051,1 kcal, B: 79,02 g, T: 69,1 g, W: 310,51 g, NKT: 29,2 g, bł: 29,9 g, sól: 4,7 g, cukry: 79,1 g

Sobota 19.07.2025 Olmedica						
Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
bezglutenowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł. 10g, ser biały półtusty 50g, pomidor 50g, jogurt pitny 170 g</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ziemniaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kisiel 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł. 10g, schab gotowany 50g, liść sałaty, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 2151,1 kcal, B: 79,00 g, T: 69,5 g, W: 305,51 g, NKT: 29,2 g, bł: 29,9 g, sól: 4,7 g, cukry: 79,1 g
bezmleczna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, pasztet wp. 50g, pomidor 50g, dżem 1 szt.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak wątrobowa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak wątrobowa, kawa zbożowa 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, jogurt owocowy bez cukru 150 g</li> </ul>	en: 2091,9 kcal, B: 81 g, T: 69,1 g, W: 317,4 g, NKT: 29,2 g, bł: 29,9 g, sól: 4,6 g, cukry: 80,1 g
wrzodowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, pasztet wp. 50g, pomidor 50g, jogurt pitny 170 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chrupki kukurydziane 16g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak papkowata, zupa chłopska bez śmietany 300ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, jogurt naturalny 1 szt., mus owocowy 1 szt.</li> </ul>	en: 2091,9 kcal B: 81 g T: 69,1 g W: 317,4 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,6 g cukry: 80,4 g

#### Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Sobota 19.07.2025

Mleko (łącznie z laktozą): Kasza manna na mleku, Mieszanka płynna, Mix tł., Masło 82%, Kawa zbożowa z mlekiem, Zupa chłopska, Ser biały półtusty, Pasztet wp., Serdelek, Konserwa suwalska, Szyńka z piersi kurczaka, ser topiony, jogurt naturalny, jogurt owocowy bez cukru, jogurt pitny

Zboża zawierające gluten: Kasza manna na mleku, Mieszanka płynna, Pieczywo, Zupa chłopska, Kawa zbożowa z mlekiem, Knedle z owocami, Mieszanka płynna, Serdelek w sosie, Marchewka oprószone, Pasztet wp., Szyńka z piersi kurczaka, Smażony sznyceł drobiowy.

Seler: Zupa chłopska, Pasztet wp., Serdelek, Konserwa suwalska, Szyńka z piersi kurczaka

Soja i produkty pochodne: Wafle ryżowe, Pasztet wp., Serdelek, Konserwa suwalska

Gorczyca: Pasztet wp., Serdelek, Konserwa suwalska.

# Niedziela 20.07.2025 Olmedica

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
ogólna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg papryką i ziołami 30g, polędwica drobiowa 30g, jabłko 70g, wafle ryżowe 2 szt., miód 1 szt.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, kotlet schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty kiszzonej 60g, brokuł gotowany 60g, kisiel 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, szynkowa 30g, jajo gotowane 1 szt., sałatka jarzynowa 70g, serek waniliowy 1 szt.</li> </ul>	en: 2217,89 kcal B: 84,54 g T: 79,23 g W: 315,24 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,6 g cukry: 79,1 g
łatwostrawna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 50g, wafle ryżowe 2 szt., miód 1 szt.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kisiel 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, liść sałaty, serek waniliowy 1 szt.</li> </ul>	en: 2171,80 kcal B: 83,4 g T: 78,0 g W: 313,0 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,6 g cukry: 77,1 g
dzieci do lat 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 30g, jabłko 50g, mus owocowy 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wafle ryżowe 2 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie 60g, kisiel 200ml, jabłko gotowane 60g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Biszkopty 20g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, masło (82%)10g, chleb pszenny 60g, szynkowa 30g, liść sałaty, serek waniliowy 1 szt.</li> </ul>	en: 1065 kcal B: 50,5 g T: 37,4 g W: 180,0 g NKT: 12,4 g bł: 11,9 g sól: 3,7 g cukry: 69,7 g
dzieci starsze	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, masło 82% 10g, twaróg papką i ziołami 50g, jabłko 60g, sok owocowy 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wafle ryżowe 2 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak ogólna</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Biszkopty 20g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml lub herbata owocowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, sałatka jarzynowa 60g, serek waniliowy 1 szt.</li> </ul>	en: 2560,0 kcal B: 62,0 g T: 83,1 g W: 321,2 g NKT: 36,2 g bł: 33,5 g sól: 5,2 g cukry
cukrzycowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, jajo gotowane 1szt., pomidor 30g, jogurt 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chleb razowy 30g, mielonka śniadaniowa 30g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie 60g, sur. z kapusty kiszzonej 120g, kisiel bez cukru 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wafle ryżowe 2szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. bez cukru 200ml lub herbata z cytryną bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, szynkowa 50g, sałatka jarzynowa 30g, cukrzyk.bez soli - schab gotowany 50g, sok pomidorowy 300 ml</li> </ul>	en: 1998,1 kcal B: 86,4 g T: 65,8 g W: 255,1 g NKT: 30,15 g bł: 26,8 g sól: 5,1 g cukry
wątrobowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw.90g, twaróg z mlekiem 2%, cukrem, cynamonem 50g, wafle ryżowe 2 szt., miód 1 szt.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa z zielonego groszku bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie 60g, jabłko gotowane 1 szt., kisiel 200ml</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw.90g, szynkowa 50g, liść sałaty, serek waniliowy 1 szt.</li> </ul>	en: 2171,80 kcal B: 83,4 g T: 78,0 g W: 313,0 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,6 g cukry: 77,1 g

Niedziela 20.07.2025 Olmedica						
Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
bezglutenowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, twarożek z mlekiem 2% cukrem i cynamonem 50g, miód 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa z zielonego groszku b/śm 300ml, ryż na sypko 160g, filet gotowany 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kisiel 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, schab gotowany 50g, liść sałaty, serek waniliowy 1 szt.</li> </ul>	en: 2114,5 kcal B: 81,5 g T: 76,0 g W: 319,6 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,6 g cukry: 77,1 g
bezmleczna	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, schab gotowany 50g, pomidor 30g, wafle ryżowe 2 szt., miód 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie 60g, sur. z kapusty pekińskiej 60g, kisiel 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wafle ryżowe 2szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak wątrobowa, kawa zboż. 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, serek waniliowy 1 szt.</li> </ul>	en: 2101,5 kcal B: 81,0 g T: 76,0 g W: 310,1 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,6 g cukry: 77,1 g
wrzodowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zboż.z cukrem 200ml lub herbata z cytryną i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, schab mielony 50g, pomidor 30g, wafle ryżowe 2 szt., miód 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>napój owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa z zielonego groszku bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie 60g, jabłko gotowane 1szt., kisiel 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>biszkopty 20g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jak lekkostrawna, szynkowa mielona 50g, liść sałaty, serek waniliowy 1 szt.</li> </ul>	en: 2101,5 kcal B: 81,0 g T: 76,0 g W: 310,1 g NKT: 29,2 g bł: 29,9 g sól: 4,6 g cukry: 77,1 g

Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Niedziela 20.07.2025

Mleko (łącznie z laktozą): kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa, mieszanka mleczna, ser biały, ser topiony, zupa z zielonego groszku, twarożek z cynamonem, serek waniliowy, kefir, jogurt naturalny

Zboża zawierające gluten: kasza manna na mleku, kawa zbożowa, mieszanka mleczna, herbatniki, szynkowa, kasza jęczmienna, pieczywo, schabowy wp., filet z kurczaka w sosie, szynkowa

Seler: zupa obiadowa; zupa z zielonego groszku, szynkowa, sałatka jarzynowa

Soja i produkty pochodne: wafle ryżowe, szynkowa

Jajo: jajo gotowane, biszkopty, kotlet schabowy wp.

Gorczyca: szynkowa