



DIETA

BEZGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
01.09.2026 Wtorek	- Zupa kalafiorowa z grzankami GF - Makaron GF z sosem pomidorowym z czerwoną soczewicą - Woda <i>Alergeny: seler,</i>	598 kcal
02.09.2026 Środa	- Rosół z makaronem GF - Gulasz wieprzowy z kaszą gryczaną - Surówka z białej kapusty i ogórka kiszzonego - Woda <i>Alergeny: seler,</i>	595 kcal
03.09.2026 Czwartek	- Zupa pieczarkowa z ziemniakami - Kotlet mielony z ziemniakami i koperkiem - Surówka z buraków - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	590 kcal
05.09.2026 Piątek	- Barszcz z makaronem GF - Filet z ryby GF z ziemniakami - Surówka z kiszonej kapusty - Woda <i>Alergeny: seler, jaja, ryby</i>	589 kcal



DIETA

BEZGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
07.09.2026 Poniedziałek	- Zupa ogórkowa z ziemniakami - Makaron GF z sosem bolońskim - Woda <i>Alergeny: seler,</i>	567 kcal
08.09.2026 Wtorek	- Rosół z makaronem GF - Pieczona pałka z kurczaka z ziemniakami z koperkiem i masłem - Surówka colesław - Woda <i>Alergeny: seler, jaja, gorczyca</i>	618 kcal
09.09.2026 Środa	- Zupa krem z cukini z grzankami GF - Kotlet schabowy GF z ziemniakami - Duszone kapusta kiszona - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	597 kcal
10.09.2026 Czwartek	- Krupnik z kaszą jaglaną - Bogracz wieprzowy z kaszą gryczaną - Ogórek kiszony - Woda <i>Alergeny: seler,</i>	563 kcal
11.09.2026 Piątek	- Zupa pomidorowa z makaronem GF - Chilli sin carne z ryżem - Woda <i>Alergeny: seler,</i>	596 kcal



DIETA

BEZGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
14.09.2026 Poniedziałek	- Zupa krem z dyni z pestkami dyni - Makaron GF z sosem kalafiorowym z szynką - Woda <i>Alergeny: seler,</i>	597 kcal
15.09.2026 Wtorek	- Żurek GF z kielbasą - Pulpety drobiowe w sosie pomidorowym z kaszą gryczaną - Gotowany kalafior - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	590 kcal
16.09.2026 Środa	- Rosół z makaronem GF - Nuggetsy GF z kurczaka z ziemniakami z koperkiem - Surówka z marchewki i ananasa <i>Alergeny: seler, jaja</i>	587 kcal
17.09.2026 Czwartek	- Zupa krem z ciecierzycy z grzankami GF - Kotlecik sojowy z ziemniakami - Surówka z białej kapusty - Woda <i>Alergeny: seler, soja</i>	592 kcal
18.09.2026 Piątek	- Zupa pomidorowa z ryżem - Naleśniki GF z jabłkami i brzoskwiniami i musem owocowym - Woda <i>Alergeny: seler, soja</i>	608 kcal



DIETA

BEZGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
21.09.2026 Poniedziałek	- Zupa minestrone z białą fasolą - Makaron GF w sosie pomidorowym - Woda <i>Alergeny: seler,</i>	568 kcal
22.09.2026 Wtorek	- Rosół z makaronem GF - Polędwiczki z kurczaka z ziemniakami i koperkiem - Surówka królewska - Woda <i>Alergeny: seler, jaja,</i>	599 kcal
23.09.2026 Środa	- Barszcz ukraiński z fasolą - Kurczak w sosie pietruszkowym z ryżem - Gotowana marchewka - Woda <i>Alergeny: seler,</i>	591 kcal
24.09.2026 Czwartek	- Zupa krem z marchewki z nutą pomarańczy z grzankami GF - Zraziki wieprzowe z kaszą gryczaną - Surówka z czerwonej kapusty - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	605 kcal
25.09.2026 Piątek	- Zupa krem z pomidorów z grzankami GF - Paluszki rybne GF z ziemniakami - Surówka z kiszonej kapusty - Woda <i>Alergeny: seler, jaja, ryby,</i>	581 kcal



DIETA

BEZGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
28.09.2026 Poniedziałek	- Kapuśniak ze słodkiej kapusty - Kurczak w sosie kalafiorowym z dodatkiem mleka kokosowego z ryżem - Mix gotowanych warzyw - Woda <i>Alergeny: seler;</i>	569 kcal
29.09.2026 Wtorek	- Rosół z makaronem GF - Kotlet pożarski z ziemniakami z koperkiem - Surówka z selera i brzoskwini - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	623 kcal
30.09.2026 Środa	- Zupa krem z kalafiora z grzankami GF - Gyros z kurczaka z bułeczką bao GF - Surówka z czerwonej kapusty i ogórka - Woda <i>Alergeny: seler, soja</i>	580 kcal