

# DIETA PODSTAWOWA



DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
Poniedziałek	<i>Alergeny:</i>	<i>kcal</i>
Wtorek	<i>Alergeny:</i>	<i>kcal</i>
01.04.2026 Środa	- Wielkanocny żurek - Kotlet schabowy z ziemniakami - Surówka z białej kapusty i marchewki - Woda  <i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory, jaja</i>	<i>554 kcal</i>
02.04.2026 Czwartek	- Zupa z fasolką szparagową - Strogonow drobiowy z kładzionymi kluskami - Gotowany kalafior - Woda  <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory</i>	<i>572 kcal</i>
03.04.2026 Piątek	- Zupa pomidorowa z ryżem - Filet z morszczuka w chrupiącej panierce z ziemniakami - Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i ogórkiem - Woda  <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory, ryby</i>	<i>589 kcal</i>

# DIETA PODSTAWOWA



DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
Poniedziałek	<i>Alergeny:</i>	<i>kcal</i>
07.04.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zupa wiosenna ze świeżych warzyw</li><li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym z ryżem</li><li>- Surówka z białej kapusty po azjatycku</li><li>- Woda</li></ul> <i>Alergeny: seler, mleko i jego przetwory</i>	<i>581 kcal</i>
08.04.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none"><li>- Złocisty rosół z makaronem</li><li>- Kotlet pożarski z ziemniakami i koperkiem</li><li>- Surówka z marchewki ze śmietaną</li><li>- Woda</li></ul> <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory</i>	<i>571 kcal</i>
09.04.2026 Czwartek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zupa krem z białych warzyw ze słonecznikiem</li><li>- Pieczona pałka z kurczaka w sosie pieczeniowym z pyzą drożdżową</li><li>- Surówka z buraków z cebulką</li><li>- Woda</li></ul> <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory</i>	<i>604 kcal</i>
10.04.2026 Piątek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Barszcz zabieleny z makaronem</li><li>- Filet z mintaja z puree ziemniaczanym</li><li>- Mix gotowanych warzyw</li><li>- Woda</li></ul> <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, ryby, mleko i jego przetwory</i>	<i>552 kcal</i>

# DIETA PODSTAWOWA



DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
13.04.2026 Poniedziałek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zupa ogórkowa</li><li>- Makaron w sosie po bolońsku</li><li>- Surówka z białej kapusty</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory,</i></p>	569 kcal
14.04.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Rosół z lanymi kluskami</li><li>- Chilli con carne z czerwoną fasolą z ryżem</li><li>- Gotowany brokuł</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja,</i></p>	565 kcal
15.04.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zupa krem z marchewki z nutą pomarańczy z grzankami</li><li>- Filet z kurczaka panierowany w płatkach kukurydzianych z ziemniakami z koperkiem</li><li>- Surówka królewska</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory</i></p>	580 kcal
16.04.2026 Czwartek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zupa kalafiorowa z ziemniakami</li><li>- Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym z pyzą drożdżową</li><li>- Ogórek kiszony</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory</i></p>	591 kcal
17.04.2026 Piątek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zupa krem z pomidorów z grzankami</li><li>- Paluszki rybne z puree ziemniaczanym</li><li>- Surówka z kapusty kiszonej</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory, ryby</i></p>	594 kcal

# DIETA PODSTAWOWA



DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
20.04.2026 Poniedziałek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Krupnik</li><li>- Makaron w sosie pomidorowo - paprykowym</li><li>- Gotowany kalafior</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten,</i></p>	582 kcal
21.04.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Złocisty rosół z makaronem</li><li>- Kotlet mielony z ziemniakami z koperkiem</li><li>- Surówka z buraków i jabłka</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja</i></p>	579 kcal
22.04.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zupa pieczarkowa z ziemniakami</li><li>- Potrawka z kurczaka z ryżem</li><li>- Gotowana marchewka</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory</i></p>	584 kcal
23.04.2026 Czwartek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zupa krem z cukini z grzankami</li><li>- Bogracz z kaszą bulgur</li><li>- Surówka z kapusty i ogórka kiszzonego</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory</i></p>	574 kcal
24.04.2026 Piątek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zupa pomidorowa z ryżem</li><li>- Panierowany filet z mintaja z serem i puree ziemniaczanym</li><li>- Mizeria</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory, ryby</i></p>	593kcal

# DIETA PODSTAWOWA



DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
27.04.2026 Poniedziałek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Barszcz ukraiński z białą fasolą</li><li>- Pierogi z serem i musem owocowym</li><li>- Surówka z marchewki</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory,</i></p>	541 kcal
28.04.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Rosół z makaronem</li><li>- Nuggetsy z kurczaka z ziemniakami i koperkiem</li><li>- Surówka z selera i brzoskwini</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory, jaja</i></p>	554 kcal
29.04.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zupa krem z dyni z groszkiem ptysiowym</li><li>- Bułeczka Bao z gyrosem z kurczaka</li><li>- Sos jogurtowy</li><li>- Surówka z czerwonej kapusty i ogórka</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory, jaja</i></p>	554 kcal
30.04.2026 Czwartek	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zupa grochowa</li><li>- Pieczony udziec z kurczaka w sosie własnym z ryżem</li><li>- Duszona marchewka</li><li>- Woda</li></ul> <p><i>Alergeny: seler, gluten,</i></p>	554 kcal