

DIETA VEGE



DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
Poniedziałek	<i>Alergeny:</i>	<i>kcal</i>
Wtorek	<i>Alergeny:</i>	<i>kcal</i>
01.04.2026 Środa	- Wielkanocny żurek z tofu - Kotlecik z kaszy jaglanej i czerwonej soczewicy z ziemniakami - Surówka z białej kapusty i marchewki - Woda <i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory, jaja</i>	<i>5787 kcal</i>
02.04.2026 Czwartek	- Zupa z fasolką szparagową - Sos a'la Strogonow z czerwoną fasolą z kładzionymi kluskami - Gotowany kalafior - Woda <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory</i>	<i>557kcal</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 VEGE



DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
Poniedziałek	<i>Alergeny:</i>	<i>kcal</i>
07.04.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none">- Zupa wiosenna ze świeżych warzyw- Tofu w sosie słodko - kwaśnym z ryżem- Surówka z białej kapusty po azjatycku- Woda <i>Alergeny: seler, mleko i jego przetwory</i>	<i>576 kcal</i>
08.04.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none">- Bulion warzywny z makaronem- Kotlet z kalafiora z ziemniakami i koperkiem- Surówka z marchewki ze śmietaną- Woda <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory</i>	<i>567 kcal</i>
09.04.2026 Czwartek	<ul style="list-style-type: none">- Zupa krem z białych warzyw ze słonecznikiem- Cukinia faszerowana czerwoną soczewicą w sosie pomidorowym z pyzą drożdżową- Surówka z buraków z cebulką- Woda <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory</i>	<i>561 kcal</i>
10.04.2026 Piątek	<ul style="list-style-type: none">- Barszcz zabieleny z makaronem- Filet z mintaja z puree ziemniaczanym- Mix gotowanych warzyw- Woda <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, ryby, mleko i jego przetwory</i>	<i>552 kcal</i>

DIETA VEGE



DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
13.04.2026 Poniedziałek	<ul style="list-style-type: none">- Zupa ogórkowa- Makaron w sosie pomidorowym z czerwoną soczewicą- Surówka z białej kapusty- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory,</i></p>	571 kcal
14.04.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none">- Bulion warzywny z lanymi kluskami- Sos warzywny z czerwoną fasolą z ryżem- Gotowany brokuł- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja,</i></p>	574 kcal
15.04.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none">- Zupa krem z marchewki z nutą pomarańczową z grzankami- Placuszki warzywne z ziemniakami z koperkiem- Surówka królewska- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory</i></p>	544 kcal
16.04.2026 Czwartek	<ul style="list-style-type: none">- Zupa kalafiorowa z ziemniakami- Gołąbki z ryżem i czerwoną soczewicą w kapuście włoskiej w sosie pomidorowym z pyzą drożdżową- Ogórek kiszony- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory</i></p>	597 kcal
17.04.2026 Piątek	<ul style="list-style-type: none">- Zupa krem z pomidorów z grzankami- Paluszki rybne z puree ziemniaczanym- Surówka z kapusty kiszonej- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory, ryby</i></p>	589 kcal

DIETA VEGE



DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
20.04.2026 Poniedziałek	<ul style="list-style-type: none">- Krupnik- Makaron w sosie pomidorowo - paprykowym- Gotowany kalafior- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten,</i></p>	591 kcal
21.04.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none">- Bulion warzywny z makaronem- Kotlecik z ciecierzycy z ziemniakami z koperkiem- Surówka z buraków i jabłka- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja</i></p>	604 kcal
22.04.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none">- Zupa pieczarkowa z ziemniakami- Potrawka z tofu z ryżem- Gotowana marchewka- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory</i></p>	585 kcal
23.04.2026 Czwartek	<ul style="list-style-type: none">- Zupa krem z cukini z grzankami- Gulasz warzywny z ciecierzycą i kaszą bulgur- Surówka z kapusty i ogórka kiszzonego- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory</i></p>	581 kcal
24.04.2026 Piątek	<ul style="list-style-type: none">- Zupa pomidorowa z ryżem- Panierowany filet z mintaja z serem i puree ziemniaczanym- Mizeria- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i jego przetwory, ryby</i></p>	593 kcal

DIETA VEGE



DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
27.04.2026 Poniedziałek	<ul style="list-style-type: none">- Barszcz ukraiński z białą fasolą- Pierogi z serem i musem owocowym- Surówka z marchewki- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory,</i></p>	524 kcal
28.04.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none">- Bulion warzywny z makaronem- Nuggetsy z tofu z ziemniakami i koperkiem- Surówka z selera i brzoskwini- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory, jaja</i></p>	587 kcal
29.04.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none">- Zupa krem z dyni z groszkiem ptysiowym- Bułeczka Bao z grillowanym tofu z warzywami- Sos jogurtowy- Surówka z czerwonej kapusty i ogórka- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten, mleko i jego przetwory, jaja</i></p>	580 kcal
30.04.2026 Czwartek	<ul style="list-style-type: none">- Zupa grochowa- Kotlet z brokuła z sosem pomidorowym z ryżem- Duszona marchewka- Woda <p><i>Alergeny: seler, gluten,</i></p>	587 kcal