

PCM WOŁÓW NIEDZIELA WIELKANOCNA 05.04.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<p>Barszcz biały Wielkanocny z kielbaską suchą, jajkiem i majerankiem 400ml zawiera gluten żytni, seler, jaja</p> <p>Biała kielbaska pieczona 100g Ćwikła z chrzanem 50g zawiera siarczyny Jajko gotowane z sosem tatarskim 50g/50ml zawiera jaja, gorczycę pomidor 50g, ogórek kiszony 50g Pieczywo żytnie i pszenne 100g gluten pszenny, żytni Masło 14g mleko</p> <p>Kawa zbożowa 250ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 250ml</p>	<p>Barszcz biały Wielkanocny z jajkiem i majerankiem 400ml zawiera gluten żytni, seler, jaja</p> <p>Szynka pieczona 50g Jajko gotowane z sosem jogurtowo ziołowym 50g /50ml zawiera jaja, mleko pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g mleko</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml zawiera gluten żytni i z jęczmienia, mleko Herbata 250ml</p>	<p>Barszcz biały Wielkanocny z jajkiem i majerankiem 400ml zawiera gluten żytni, seler, jaja</p> <p>Szynka pieczona 50g Jajko gotowane z sosem jogurtowo ziołowym 50g /50ml zawiera jaja, mleko pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g mleko</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml zawiera gluten żytni i z jęczmienia, mleko Herbata 250ml</p>	<p>Barszcz biały Wielkanocny z kielbaską suchą, jajkiem i majerankiem 400ml zawiera gluten żytni, seler, jaja</p> <p>Biała kielbaska pieczona 100g Ćwikła z chrzanem 50g zawiera siarczyny Jajko gotowane z sosem tatarskim 50g/50ml zawiera jaja, gorczycę pomidor 50g, ogórek kiszony 50g Pieczywo graham 100g gluten pszenny, żytni Masło 14g mleko</p> <p>Kawa zbożowa 250ml zawiera gluten żytni i z jęczmienia, mleko Herbata 250ml</p>
PODW. CUKRZYCOWY				Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150g zawiera mleko
	<p>Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml seler, gluten pszenny</p> <p>Schab w sosie własnym 100g/80ml zawiera gluten pszenny Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g</p> <p>Kompot wieloowocowy 250ml</p>	<p>Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml seler, gluten pszenny</p> <p>Schab w sosie własnym 100g/80ml zawiera gluten pszenny Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g</p> <p>Kompot wieloowocowy 200ml</p>	<p>Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml seler, gluten pszenny</p> <p>Schab w sosie własnym 100g/80ml zawiera gluten pszenny Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g</p> <p>Kompot wieloowocowy 200ml</p>	<p>Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml seler, gluten pszenny</p> <p>Schab w sosie własnym 100g/80ml zawiera gluten pszenny Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g</p> <p>Kompot wieloowocowy 250ml</p>
KOLACJA	<p>Pieczywo żytnie i pszenne 100g gluten pszenny, żytni Masło 14g mleko Szynka wiejska 50g Galaretka drobiowa 60g Ogórek 100g, zpo - ogórek kiszony</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g mleko Szynka wiejska 50g Galaretka drobiowa 60g pomidor 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g mleko Szynka wiejska 50g Galaretka drobiowa 60g pomidor 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo graham 100g gluten pszenny, żytni Masło 14g mleko Szynka wiejska 50g Galaretka drobiowa 60g Ogórek 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>
PODW. ZPO	Ciasto seromakowiec 50g zawiera mleko, gluten pszenny, jaja			
Wartości odżywcze	<p>Kcal; 2298 Białko 90 Tłuszcz 80 nkt 11 Węglowodany 311</p>	<p>Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299</p>	<p>Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299</p>	<p>Kcal; 2258 Białko 92 Tłuszcz 72, nkt 11 Węglowodany 308</p>



PCM WOŁÓW PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY 06.04.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	<p>Płatki owiane na mleku 400ml gluten pszenny, mleko</p> <p>Szynka gotowana 50g Jajko w sosie chrzanowym 50g/50ml zawiera jaja pomidor 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g gluten pszenny, żytni Masło 14g mleko</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko Herbata 250ml</p>	<p>Płatki owiane na mleku 400ml gluten pszenny, mleko</p> <p>Szynka gotowana 50g Jajko gotowane z sosem jogurtowo ziołowym 50g /50ml zawiera jaja, mleko pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g mleko</p> <p>Kawa zbożowa 250ml gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 250ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400ml gluten jęczmienny, mleko</p> <p>Szynka gotowana 50g Jajko gotowane z sosem jogurtowo ziołowym 50g / 50ml zawiera jaja, mleko Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g mleko</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml gluten żytni, z jęczmienia, mleko herbata 250ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400ml gluten jęczmienny, mleko</p> <p>Szynka gotowana 50g Jajko w sosie chrzanowym 50g/50ml zawiera jaja Pomidor 100g Pieczywo graham 100g gluten pszenny, żytni Masło 14g mleko</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml gluten żytni, z jęczmienia, mleko herbata 250ml</p>
PODW. CUKRZYCOWY				Twarożek z warzywami 150g zawiera mleko
OBIAD	<p>Krupnik z ziemniakami i natką pietruszki 400ml zawiera seler</p> <p>Cordon blue z piersi kurczaka z szynką i serem 100g zawiera gluten pszenny, jaja Ziemniaki 200g Surówka Coleslaw z kapusty czerwonej i białej z sosem majonezowym 150g zawiera jaja, gorczycę</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Krupnik z ziemniakami i natką pietruszki 400ml zawiera seler</p> <p>Pierś duszona w sosie 100g/60ml zawiera gluten pszenny Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Krupnik z ziemniakami i natką pietruszki 400ml zawiera seler</p> <p>Pierś duszona w sosie 100g/60ml zawiera gluten pszenny Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Krupnik z ziemniakami i natką pietruszki 400ml zawiera seler</p> <p>Pierś duszona w sosie 100g/60ml zawiera gluten pszenny Surówka Coleslaw z kapusty czerwonej i białej z sosem majonezowym 150g zawiera jaja, gorczycę</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>
KOLACJA	<p>Pieczywo żytnie i pszenne 100g gluten pszenny, żytni Masło 14g mleko Paszтет pieczony z indyka 50g gluten pszenny /WB + szynka 50g Sałatka jarzynowa z groszkiem i kukurydzą 100g zawiera jaja, seler Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g mleko Szynka dębowa 50g Sałatka jarzynowa b/konserw 100g zawiera jaja, seler Pomidor 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g mleko Szynka dębowa 50g Sałatka jarzynowa b/konserw 100g zawiera jaja, seler Pomidor 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczywo graham 100g gluten pszenny, żytni Masło 14g mleko Paszтет pieczony z indyka 50g gluten pszenny Ogórek kiszony 100g Sałatka jarzynowa z groszkiem 100g zawiera jaja, seler</p> <p>Herbata 250ml</p>
PODW. ZPO	Szarlotka 50g zawiera jaja, mleko, gluten pszenny			
Wartości odżywcze	<p>Kcal; 2298 Białko 90 Tłuszcz 78, nkt 14 Węglowodany 331 Błonnik 20</p>	<p>Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20</p>	<p>Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20</p>	<p>Kcal; 2258 Białko 88 Tłuszcz 72, nkt 11 Węglowodany 308 Błonnik 20</p>



W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, banan, arbuż, nektarynka.

Pogrubią czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml zawiera gluten pszenny Polędwica sopocka 50g/WB + twaróg 50g zawiera mleko Ogórek kiszony 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml zawiera gluten pszenny Polędwica sopocka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml zawiera gluten pszenny Polędwica sopocka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml zawiera gluten pszenny Polędwica sopocka 50g Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml
PODW. CUKRZYCOWY				Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa krem z dyni pieczonej zabelana mlekiem kokosowym z grzankami pszennymi 400ml zawiera gluten, seler Sos meksykański z mięsem mielonym wieprzowo - drobiowym z fasolą czerwoną i kukurydzą 150g zawiera gluten pszenny Ryż paraboliczny 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z dyni pieczonej zabelana mlekiem kokosowym z grzankami pszennymi 400ml zawiera gluten, seler Sos meksykański z mięsem mielonym wieprzowo - drobiowym z fasolką szparagową 150g zawiera gluten pszenny Ryż paraboliczny 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z dyni pieczonej zabelana mlekiem kokosowym z grzankami pszennymi 400ml zawiera gluten, seler Sos meksykański z mięsem mielonym wieprzowo - drobiowym z fasolką szparagową 150g zawiera gluten pszenny Ryż paraboliczny 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z dyni pieczonej zabelana mlekiem kokosowym z grzankami pszennymi 400ml zawiera gluten, seler Sos meksykański z mięsem mielonym wieprzowo - drobiowym z fasolą czerwoną i kukurydzą 150g zawiera gluten pszenny Ryż brązowy 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Serek kanapkowy 50g zawiera mleko /WB + szynka 50g ogórek 100g, zpo - pomidor Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Serek kanapkowy 50g zawiera mleko Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Serek kanapkowy 50g zawiera mleko Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko Serek kanapkowy 50g zawiera mleko ogórek 100g Herbata 200ml
PODW. ZPO	Owoc sezonowy 1szt.			
Wartości odżywcze	Kcal; 2298 Białko 90 Tłuszcz 78, nkt 14 Węglowodany 311 Błonnik 20 Sól 2,9	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2258 Białko 88 Tłuszcz 72, nkt 11 Węglowodany 308 Błonnik 20 Sól 2,9

W kuchni używa się: zióła zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny.

Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszką, mandarynka, banan, arbuż, nektarynka.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

PCM WOŁÓW ŚRODA 08.04.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml zawiera gluten Pieczeń drobiowa 50g /WB + szynka 50g ogórek kiszony 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml zawiera gluten Szynka kanapkowa 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml zawiera gluten Szynka kanapkowa 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml zawiera gluten Pieczeń drobiowa 50g ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenne, żytni Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml
PODW. CUKRZYCOWY				Salatka wielowarzywna 150g zawiera jaja, gorczycę
OBIAD	Zupa wiosenna z fasolką szparagową, marchewką, świeżym koperkiem i ziemniakami 400ml zawiera seler Rumszyk wieprzowo – drobiowy w sosie pieczeniowym 100g/60ml zawiera jaja Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z dodatkiem oleju rzepakowego z 1 tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa wiosenna z fasolką szparagową, marchewką, świeżym koperkiem i ziemniakami 400ml zawiera seler Rumszyk wieprzowo – drobiowy w sosie pieczeniowym 100g/60ml zawiera jaja Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa wiosenna z fasolką szparagową, marchewką, świeżym koperkiem i ziemniakami 400ml zawiera seler Rumszyk wieprzowo – drobiowy w sosie pieczeniowym 100g/60ml zawiera jaja Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa wiosenna z fasolką szparagową, marchewką, świeżym koperkiem i ziemniakami 400ml zawiera seler Rumszyk wieprzowo – drobiowy w sosie pieczeniowym 100g/60ml zawiera jaja Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z dodatkiem oleju rzepakowego z 1 tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Twaróg 50g zawiera mleko/WB + szynka 50g Dżem 20g pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Twaróg 50g zawiera mleko Dżem 20g pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Twaróg 50g zawiera mleko Dżem 20g pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenne, żytni Masło 14g zawiera mleko Twaróg 70g zawiera mleko pomidor 100g Herbata 200ml
PODW. ZPO	Ryż na mleku z musem owocowym 150g zawiera mleko			
Wartości odżywcze	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 309 Błonnik 20,5 Sól 3,1	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23 Sól 3,1	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23 Sól 3,1	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 71, nkt 15 Węglowodany 309 Błonnik 20,5 Sól 3,4

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny.

Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, banan, arbuż, nektarynka.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska



PCM WOŁÓW CZWARTEK 09.04.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza gryczana na mleku 400ml Parówki 100g/2szt. /WB + szynka 50g Ketchup 20g ogórek 100g, zpo - pomidor Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza gryczana na mleku 400ml Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza gryczana na mleku 400ml Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza gryczana na mleku 400ml Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g ogórek 100g Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenne, żytni Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml
PODW. CUKRZYCOWY				Pasta warzywna 150g
OBIAD	Zupa grysikowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 400ml zawiera gluten pszenne, seler Ryba – dorsz, panierowana 100g zawiera gluten pszenne, jaja Ziemniaki 100g Surówka z kapusty kiszonej z oliwą z oliwek i natką pietruszki 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 400ml zawiera gluten pszenne, seler Pulpet rybny w sosie pomidorowym 100g/60ml zawiera ryby, gluten pszenne, jaja Ziemniaki 100g Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 400ml zawiera gluten pszenne, seler Pulpet rybny w sosie pomidorowym 100g/60ml zawiera ryby, gluten pszenne, jaja Ziemniaki 100g Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 400ml zawiera gluten pszenne, seler Pulpet rybny w sosie pomidorowym 100g/60ml zawiera ryby, gluten pszenne, jaja Ziemniaki 100g Surówka z kapusty kiszonej z oliwą z oliwek i natką pietruszki 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Paszтет pieczony z indyka 50g gluten pszenne/WB + jajko 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Pasta warzywna 100g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Pasta warzywna 100g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenne, żytni Masło 14g zawiera mleko Paszтет pieczony z indyka 50g gluten pszenne Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml
PODW. ZPO	Budyń na mleku z sokiem malinowym 150g			
Wartości odżywcze	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 309 Błonnik 20,5	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 71, nkt 15 Węglowodany 309 Błonnik 20,5

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny.

Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

PCM WOŁÓW PIĄTEK 10.04.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml zawiera gluten Jajecznica 100g zawiera jaja/WB + szynka 50g Ogórek 100g, zpo – ogórek kiszony Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml zawiera gluten Jajecznica 100g zawiera jaja Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml zawiera gluten Szynka drobiowa 50g zawiera mleko Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml zawiera gluten Jajecznica 100g zawiera jaja Ogórek 100g Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml
PODW. CUKRZYCOWY				Sałátka z makaronem pełnoziarnistym z tuńczykiem i zielonym groszkiem 150g zawiera ryby, jaja, gorczycę, gluten pszenny
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami i natką pietruszki 400ml zawiera seler Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 300g/3szt. zawiera gluten pszenny, mleko, jaja Polewa jogurtowa z owocami leśnymi 80g zawiera mleko Surówka z marchewki tartej z dodatkiem brzoskwini z oliwą z oliwek 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami i natką pietruszki 400ml zawiera seler Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 300g/3szt. zawiera gluten pszenny, mleko, jaja Polewa jogurtowa z owocami leśnymi 80g zawiera mleko Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami i natką pietruszki 400ml zawiera seler Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 300g/3szt. zawiera gluten pszenny, mleko, jaja Polewa jogurtowa z owocami leśnymi 80g zawiera mleko Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami i natką pietruszki 400ml zawiera seler Udko pieczone z kurczaka 150g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki tartej z dodatkiem brzoskwini z oliwą z oliwek 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g zawiera gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko Ser żółty 50g zawiera mleko/WB + szynka 50g Pomidor 100g Herbata 200 ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten pszenny Masło 14g zawiera mleko Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200 ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten pszenny Masło 14g zawiera mleko Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200 ml	Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko Ser żółty 50g zawiera mleko Pomidor 100g Herbata 200ml
PODW. ZPO	Sałátka makaronowa z tuńczykiem i zielonym groszkiem 150g zawiera ryby, jaja, gorczycę, gluten pszenny			
Wartości odżywcze	Kcal; 2236 Białko 89 Tłuszcz 71, nkt 12 Węglowodany 311 Błonnik 19 Sól 2,6	Kcal; 2173 Białko 85 Tłuszcz 60, nkt 12 Węglowodany 310 Błonnik 18 Sól 2	Kcal; 2173 Białko 85 Tłuszcz 60, nkt 12 Węglowodany 310 Błonnik 18 Sól 2	Kcal; 2236 Białko 89 Tłuszcz 71, nkt 12 Węglowodany 311 Błonnik 19 Sól 2,6

W kuchni używa się żywności zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny.

Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszką, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka.

Pogrubioną czcionką oznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

PCM WOŁÓW SOBOTA 11.04.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA b/tłuszczowa	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 400ml zawiera gluten Szynka dębowa 50g/ WB + jajko 50g Ogórek 100g, zpo - sałata Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 250 ml gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml zawiera gluten Szynka dębowa 50g Sałata 20g Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 250 ml gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml zawiera gluten Szynka dębowa 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 250 ml gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml zawiera gluten Szynka dębowa 50g Ogórek 100g Pieczywo graham 100g gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 250 ml gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml
PODW. CUKRZYCOWY				Sok pomidorowy 200ml, wafle ryżowe 2szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną roślinną 400ml zawiera seler Risotto z mięsem z indyka, cukinią i zielonym groszkiem 300g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną roślinną 400ml zawiera seler Risotto z mięsem z indyka i cukinią 300g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną roślinną 400ml zawiera seler Risotto z mięsem z indyka i cukinią 300g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną roślinną 400ml zawiera seler Risotto brązowym ryżem z mięsem z indyka, cukinią i zielonym groszkiem 300g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko Twarożek wiosenny 100g zawiera mleko/WB 150g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g zawiera mleko Twarożek wiosenny 100g zawiera mleko Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g gluten pszenny Masło 14g zawiera mleko Twarożek wiosenny 100g zawiera mleko Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko Twarożek wiosenny 100g zawiera mleko Pomidor 100g Herbata 200ml
PODW. ZPO	Mus owocowy 100ml			
Wartości odżywcze	Kcal; 2157 Białko 77 Tłuszcz 71, nkt 8 Węglowodany 321 Błonnik 17	Kcal; 2167 Białko 77 Tłuszcz 71, nkt 8 Węglowodany 321 Błonnik 17	Kcal; 2167 Białko 77 Tłuszcz 71, nkt 8 Węglowodany 321 Błonnik 17	Kcal; 2170 Białko 77 Tłuszcz 79, nkt 9 Węglowodany 320 Błonnik 17

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny.

Ze względu na sezonowość wymienione podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka. **Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011.** Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska



PCM WOŁÓW NIEDZIELA 12.04.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA lekko strawna z ograniczeniem tłuszczów	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<p>Płatki owsiane na mleku 400ml zawiera gluten</p> <p>Polędwica sopocka 50g/WB + jajko 50g ogórek 100g, zpo pomidor Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko</p> <p>Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400ml zawiera gluten</p> <p>Polędwica sopocka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko</p> <p>Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400ml zawiera gluten</p> <p>Polędwica sopocka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko</p> <p>Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko Herbata 200ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400ml zawiera gluten</p> <p>Polędwica sopocka 50g ogórek 100g Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko</p> <p>Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml</p>
PODW. CUKRZYCOWY				Jogurt naturalny z prażonym jabłkiem i cynamonem 150g zawiera mleko
OBIAD	<p>Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml seler, gluten pszenny</p> <p>Udko pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą w sosie majonezowym 150g zawiera jaja, gorczycę</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml seler, gluten pszenny</p> <p>Udko pieczone 150g Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml seler, gluten pszenny</p> <p>Udko pieczone 150g Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml seler, gluten pszenny</p> <p>Udko pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą w sosie majonezowym 150g zawiera jaja, gorczycę</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>
KOLACJA	<p>Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Serek kanapkowy 50g zawiera mleko/WB + szynka 50g Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata 200ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Serek kanapkowy 50g zawiera mleko pomidor 100g</p> <p>Herbata 200ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Serek kanapkowy 50g zawiera mleko pomidor 100g</p> <p>Herbata 200ml</p>	<p>Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko Serek kanapkowy 50g zawiera mleko Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata 200ml</p>
PODW. ZPO	Jogurt naturalny z prażonym jabłkiem i cynamonem 150g zawiera mleko			
Wartości odżywcze	<p>Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3</p>	<p>Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3</p>	<p>Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3</p>	<p>Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3</p>

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny.

Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszką, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska



PCM WOŁÓW PONIEDZIAŁEK 13.04.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml zawiera gluten Szynka gotowana 50g/ WB + twaróg 50g Pomidor 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml zawiera gluten Szynka gotowana 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml zawiera gluten Szynka gotowana 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml zawiera gluten Szynka gotowana 50g Pomidor 100g Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenney, żytni Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml
PODW. CUKRZYCOWY				Koktajl z truskawkowy na maślanec z dodatkiem nasion chia b/cukru 150ml zawiera mleko
OBIAD	Zupa krem z groszku zielonego i ciecierzycy, na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego, posypana pestkami dyni 400ml zawiera seler Sos śmietanowy a'la Carbonara z mięsem wieprzowym z szynki z pieczarkami 150g zawiera gluten pszenney, mleko Makaron z pszenicy durum 200g zawiera gluten pszenney Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z groszku zielonego na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego, posypana grzankami 400ml zawiera seler, gluten pszenney Sos biały a'la Carbonara z mięsem wieprzowym z szynki i fasolką szparagową 150g zawiera gluten pszenney, mleko Makaron pszenney 200g zawiera gluten pszenney Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z groszku zielonego na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego, posypana grzankami 400ml zawiera seler, gluten pszenney Sos biały a'la Carbonara z mięsem wieprzowym z szynki i fasolką szparagową 150g zawiera gluten pszenney, mleko Makaron pszenney 200g zawiera gluten pszenney Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z groszku zielonego i ciecierzycy, na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego, posypana pestkami dyni 400ml zawiera seler Sos śmietanowy a'la Carbonara z mięsem wieprzowym z szynki z pieczarkami 150g zawiera gluten pszenney, mleko Makaron pełnoziarnisty 200g zawiera gluten pszenney Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Pasta mięsna 100g zawiera gluten pszenney, jaja, gorczycę/WB + szynka 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Pasta warzywna 100g pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Pasta warzywna 100g pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenney, żytni Masło 14g zawiera mleko Pasta mięsna 100g zawiera gluten pszenney, jaja, gorczycę Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml
PODW. ZPO	Koktajl z truskawkowy na maślanec z dodatkiem nasion chia 150ml zawiera mleko			
Wartości odżywcze	Kcal; 2298 Białko 90 Tłuszcz 78, nkt 14 Węglowodany 311 Wanilia 20 Sól 2,9	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2258 Białko 88 Tłuszcz 72, nkt 11 Węglowodany 308 Błonnik 20 Sól 2,9



PCM WOŁÓW WTOREK 14.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml Szynka drobiowa 50g/WB + jajko 50g Ogórek 100g, zpo sałata Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml Szynka drobiowa 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml Szynka drobiowa 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml Szynka drobiowa 50g Ogórek 100g Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko Kawa zbożowa 200ml zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko Herbata 200ml
PODW. CUKRZYCOWY				Twarożek wiosenny 150g zawiera mleko
Obiad	Zupa ogórkowa na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml zawiera seler Kolet mielony z mięsa mieszanego drobiowo wieprzowego pieczony w piecu konwekcyjnym 100g zawiera gluten pszenny, jaja Ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej z zielonym groszkiem i olejem rzepakowym z l tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml zawiera seler Kolet mielony z mięsa mieszanego drobiowo wieprzowego pieczony w piecu konwekcyjnym 100g zawiera gluten pszenny, jaja Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml zawiera seler Kolet mielony z mięsa mieszanego drobiowo wieprzowego pieczony w piecu konwekcyjnym 100g zawiera gluten pszenny, jaja Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ogórkowa na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml zawiera seler Kolet mielony z mięsa mieszanego drobiowo wieprzowego pieczony w piecu konwekcyjnym 100g zawiera gluten pszenny, jaja Ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej z zielonym groszkiem i olejem rzepakowym z l tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnio - pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Paprykarz 100g zawiera ryby, seler/WB + szynka 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Pasta warzywna 100g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g zawiera gluten Masło 14g zawiera mleko Pasta warzywna 100g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g zawiera gluten pszenny, żytni Masło 14g zawiera mleko Paprykarz 100g zawiera ryby, seler Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml
PODW. ZPO	Deser waniliowy z tęczową galaretką 150g zawiera mleko			
Wartości odżywcze	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 309 Błonnik 20,5	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 71, nkt 15 Węglowodany 309 Błonnik 20,5



W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, banan, arbuż, nektarynka.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińsk