



DIETA

BEZGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
01.06.2026 Poniedziałek		
02.06.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none">- Kotlet mielony GF z kaszą gryczaną- Buraczki zasmażane w sosie własnym- Woda <p><i>Alergeny: seler, jaja,</i></p>	4347 kcal
03.06.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none">- Filet z kurczaka panierowany w płatkach kukurydzianych z ziemniakami z koperkiem- Surówka z marchewki i ananasa- Woda <p><i>Alergeny: seler, jaja</i></p>	431 kcal
04.06.2026 Czwartek		
05.06.2026 Piątek		



DIETA

BEZGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
08.06.2026 Poniedziałek	<ul style="list-style-type: none">- Makaron GF w sosie pomidorowym- Gotowany brokuł- Woda <p><i>Alergeny: seler,</i></p>	449 kcal
09.06.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none">- Gyros z kurczaka z ryżem- Ogórki w sosie winegret- Woda <p><i>Alergeny: seler, gorczyca</i></p>	443 kcal
10.06.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none">- Kotlet pożarski GF z ziemniakami z koperkiem- Surówka colesław- Woda <p><i>Alergeny: seler, jaja, gorczyca</i></p>	441 kcal
11.06.2026 Czwartek	<ul style="list-style-type: none">- Polędwiczki z kurczaka GF z ziemniakami- Surówka z pora- Woda <p><i>Alergeny: seler, jaja</i></p>	444 kcal
12.06.2026 Piątek	<ul style="list-style-type: none">- Naleśniki GF z prażonym jabłkiem- Surówka z marchewki- Woda <p><i>Alergeny: seler, jaja, soja</i></p>	494 kcal



DIETA

BEZGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
15.06.2026 Poniedziałek	<ul style="list-style-type: none">- Makaron spaghetti GF w sosie po bolońsku- Surówka z białej kapusty- Woda <p><i>Alergeny: seler,</i></p>	459 kcal
16.06.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none">- Kurczak w sosie kalafiorowym z ryżem- Marchewka duszona- Woda <p><i>Alergeny: seler,</i></p>	412 kcal
17.06.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none">- Botwinka- Nuggetsy GF z kurczaka z ziemniakami z koperkiem- Surówka z kapusty pekińskiej- Woda <p><i>Alergeny: seler, jaja,</i></p>	460 kcal
18.06.2026 Czwartek	<ul style="list-style-type: none">- Bogracz wieprzowy z kaszą gryczaną- Surówka z czerwonej kapusty i jabłka- Woda <p><i>Alergeny: seler,</i></p>	440 kcal
19.06.2026 Piątek	<ul style="list-style-type: none">- Ryba panierowana GF z ziemniakami- Mix gotowanych warzyw- Woda <p><i>Alergeny: seler, jaja, ryby</i></p>	438 kcal



DIETA

BEZGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
22.06.2026 Poniedziałek	- Makaron GF w sosie pietruszkowym z szynką - Fasolka szparagowa - Woda <i>Alergeny: seler,</i>	436 kcal
23.06.2026 Wtorek	- Pieczona pałka z kurczaka z ziemniakami - Surówka z młodej kapusty - Woda <i>Alergeny: seler,</i>	451 kcal
24.06.2026 Środa	- Bułeczka bao GF z gyrosem z kurczaka - Surówka z zielonego ogórka i czerwonej kapusty - Woda <i>Alergeny: seler, jaja,</i>	438 kcal
25.06.2026 Czwartek	- Gulasz wieprzowy z kaszą gryczaną - Ogórek małosolny - Woda <i>Alergeny: seler,</i>	457 kcal
26.06.2026 Piątek	- Paluszki rybne GF z mintaja z ziemniakami z koperkiem - Surówka z kiszzonej kapusty - Woda <i>Alergeny: seler, jaja, ryby</i>	439 kcal



DIETA

BEZGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
29.06.2026 Poniedziałek	- Makaron GF w sosie arabiatta - Gotowany kalafior - Woda <i>Alergeny: seler;</i>	451 kcal
30.06.2026 Wtorek	- Kotlet schabowy GF z ziemniakami - Kapusta młoda zasmażana - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	461 kcal