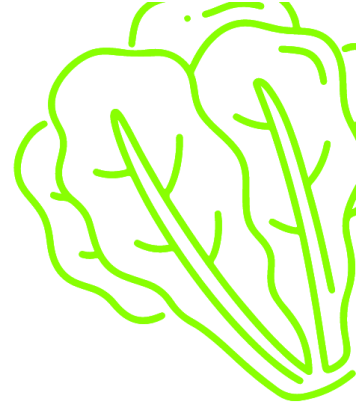
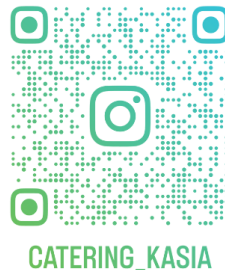




DIETA PODSTAWOWA

23.06.25-26.06.25

Poniedziałek

- Zupa kalafiorowa z ziemniakami, **śmietanką** i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- **Pierogi z mąki pełnoziarnistej** z jabłkami i polewą waniliową na **jogurcie naturalnym** (240g) sałata masłowa, dressing z miodem, oliwą i sokiem z cytryny (100g), kompot owocowy (200ml) pszenica, mleko

Wtorek

- Rosół z indyka z **makaronem** i natką pietruszki na wywarze mięsno(indyk)-warzywnym (300ml) pszenica
- Gulasz z szynki z cebulką (100g), kasza gryczana (150g), surówka z buraczków, cebulki z oliwą z oliwek (100g), kompot owocowy (200ml)

Środa

- Barszcz czerwony z ziemniaczkami, śmietanką roślinną, natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Kotlet** schabowy (90g) surówka z pekińskiej kapusty z marchewką, jabłkiem, koperkiem i oliwą z oliwek (100g), **kasza kuskus** (150g), kompot owocowy (200ml) pszenica, jaja

Czwartek

- Kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami, świeżym koperkiem i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Spaghetti** Napoli z pomidorów pelati, świeżej bazylii i oliwy z oliwek (240g) mix sałat z ogórkiem i sosem **jogurtowo-koperkowym** (100g), kompot owocowy (200ml) mleko, pszenica

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
Arbuz, jabłko, gruszka

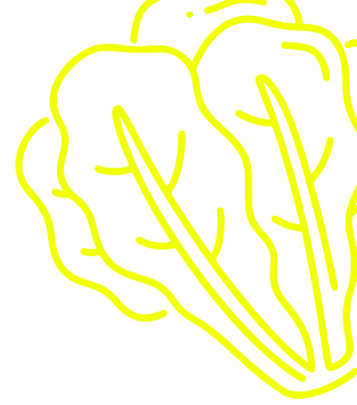
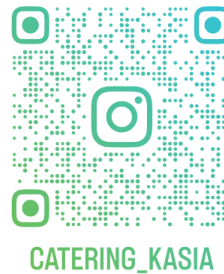
Smaczných i słonecznych wakacji !

Niech każdy dzień będzie jak ulubiony deser,

Z pozdrowieniami Catering Kasia&Group

Opracowanie jadłospisu:
Dietetyk mgr Paulina Niezychowska

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.



DIETA BEZMLECZNA, BEZJAJECZNA

23.06.25-26.06.25

Poniedziałek

- Zupa kalafiorowa z ziemniakami, śmietanką roślinną i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Pierogi z mąki pełnoziarnistej** z jabłkami i polewą owocową (240g) sałata masłowa, dressing z miodem, oliwą i sokiem z cytryny (100g), kompot owocowy (200ml) pszenica

Wtorek

- Rosół z indyka z **makaronem** i natką pietruszki na wywarze mięsno(indyk)-warzywnym (300ml) pszenica
- Gulasz z szynki z cebulką (100g), kasza gryczana (150g), surówka z buraczków, cebulki z oliwą z oliwek (100g), kompot owocowy (200ml)

Środa

- Barszcz czerwony z ziemniaczkami, śmietanką roślinną, natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- Kotlet schabowy (90g) surówka z pekińskiej kapusty z marchewką, jabłkiem, koperkiem i oliwą z oliwek (100g), **kasza kuskus** (150g), kompot owocowy (200ml) pszenica

Czwartek

- Kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami, świeżym koperkiem i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Spaghetti** Napoli z pomidorów pelati, świeżej bazylii i oliwy z oliwek (240g) mix sałat z ogórkiem i sosem koperkowym (100g), kompot owocowy (200ml) pszenica

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
Arbuz, jabłko, gruszka

Smaczných i słonecznych wakacji !

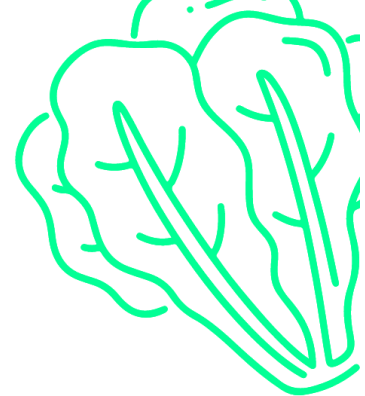
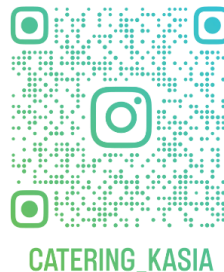
Niech każdy dzień będzie jak ulubiony deser,

Z pozdrowieniami Catering Kasia&Group

Opracowanie jadłospisu:

Dietetyk mgr Paulina Niezychowska

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.



DIETA BEZGLUTENOWA

23.06.25-26.06.25

Poniedziałek

- Zupa kalafiorowa z ziemniakami, **śmietanką** i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- Pierogi bezglutenowe z jabłkami i polewą waniliową na **jogurcie naturalnym** (240g) sałata masłowa, dressing z miodem, oliwą i sokiem z cytryny (100g), kompot owocowy (200ml) mleko

Wtorek

- Rosół z indyka z makaronem bezglutenowym i natką pietruszki na wywarze mięsno(indyk)-warzywnym (300ml)
- Gulasz z szynki z cebulką (100g), kasza gryczana (150g), surówka z buraczków, cebulki z oliwą z oliwek (100g), kompot owocowy (200ml)

Środa

- Barszcz czerwony z ziemniaczkami, śmietanką roślinną, natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Kotlet** schabowy (90g) surówka z pekińskiej kapusty z marchewką, jabłkiem, koperkiem i oliwą z oliwek (100g), ryż basmati (150g), kompot owocowy (200ml) jaja

Czwartek

- Kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami, świeżym koperkiem i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- Bezglutenowe Spaghetti Napoli z pomidorów pelati, świeżej bazylii i oliwy z oliwek (240g) mix sałat z ogórkiem i sosem **jogurtowo**-koperkowym (100g), kompot owocowy (200ml) mleko

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
Arbuz, jabłko, gruszka

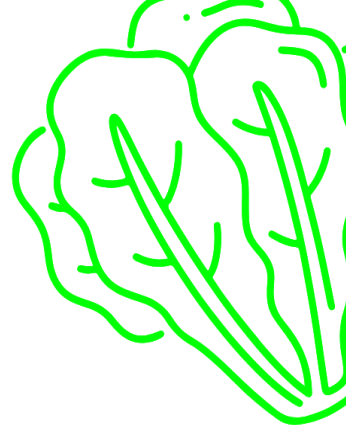
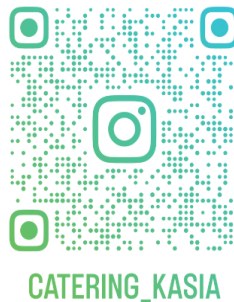
Smaczných i słonecznych wakacji !

Niech każdy dzień będzie jak ulubiony deser,

Z pozdrowieniami Catering Kasia&Group

Opracowanie jadłospisu:
Dietetyk mgr Paulina Niezychowska

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.



DIETA WEGETARIAŃSKA

23.06.25-26.06.25

Poniedziałek

- Zupa kalafiorowa z ziemniakami, **śmietanką** i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- **Pierogi z mąki pełnoziarnistej** z jabłkami i polewą waniliową na **jogurcie naturalnym** (240g) sałata masłowa, dressing z miodem, oliwą i sokiem z cytryny (100g), kompot owocowy (200ml) pszenica, mleko

Wtorek

- Rosół wegański z **makaronem** i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) pszenica
- Gulasz z szynki z cebulką (100g), kasza gryczana (150g), surówka z buraczków, cebulki z oliwą z oliwek (100g), kompot owocowy (200ml)

Środa

- Barszcz czerwony z ziemniaczkami, śmietanką roślinną, natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Kotlecik** z kalafiora (90g) surówka z pekińskiej kapusty z marchewką, jabłkiem, koperkiem i oliwą z oliwek (100g), **kasza kuskus** (150g), kompot owocowy (200ml) pszenica, jaja

Czwartek

- Kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami, świeżym koperkiem i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Spaghetti** Napoli z pomidorów pelati, świeżej bazylii i oliwy z oliwek (240g) mix sałat z ogórkiem i sosem **jogurtowo-koperkowym** (100g), kompot owocowy (200ml) mleko, pszenica

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
Arbuz, jabłko, gruszka

Smacznych i słonecznych wakacji !

Niech każdy dzień będzie jak ulubiony deser,

Z pozdrowieniami Catering Kasia&Group

Opracowanie jadłospisu:
Dietetyk mgr Paulina Nieżychowska

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.