



DIETA

NISKOGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
02.11.2026 Poniedziałek	- Makaron GF w sosie bolońskim - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	464 kcal
03.11.2026 Wtorek	- Gulasz wieprzowy z kaszą gryczaną - Surówka z białej kapusty i ogórka kiszzonego - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	455 kcal
04.11.2026 Środa	- Kotlet schabowy GF z Ziemniakami - Duszona kapusta kiszona - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	473 kcal
05.11.2026 Czwartek	- Gnocchi GF w sosie kalafiorowym z soczewicą i bazylią - Marchewka bebe - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	469 kcal
06.11.2026 Piątek	- Ryba panierowana GF z ziemniakami i koperkiem - Surówka z kapusty pekińskiej - Woda <i>Alergeny: seler, jaja, ryby</i>	455 kcal



DIETA

NISKOGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
09.11.2026. Poniedziałek	- Filet z kurczaka w sosie pietruszkowo - kokosowym z ryżem - Duszona marchewka - Woda <i>Alergeny: seler;</i>	432 kcal
10.11.2026 Wtorek	- Polędwiczki z kurczaka GF z ziemniakami i koperkiem - Surówka colesław - Woda <i>Alergeny: seler, jaja, gorczyca</i>	467 kcal
		kcal
12.11.2026 Czwartek	- Bogracz wieprzowy z kaszą gryczaną - Ogórek kiszony - Woda <i>Alergeny: seler;</i>	432 kcal
13.11.2026 Piątek	- Paluszki rybne GF z ziemniaki - Surówka z kapusty kiszonej - Woda <i>Alergeny: seler, ryby, jaja</i>	463 kcal



DIETA

NISKOGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
16.11.2026 Poniedziałek	- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym z ryżem - Woda <i>Alergeny: seler;</i>	447 kcal
17.11.2026 Wtorek	- Kotlet mielony GF z ziemniakami - Surówka z buraków - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	441 kcal
18.11.2026 Środa	- Pieczona pałka z kurczaka w sosie pieczeniowym GF z kaszą jaglaną - Duszona modra kapusta - Woda <i>Alergeny: seler;</i>	459 kcal
19.11.2026 Czwartek	- Pulpety wieprzowe w sosie pietruszkowo - koperkowym z ziemniakami i koperkiem- Surówka królewska - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	430 kcal
20.11.2026 Piątek	- Ryba panierowana GF z ziemniakami i koperkiem - Surówka z kapusty pekińskiej - Woda <i>Alergeny: seler, ryby, jaja</i>	456 kcal



DIETA

NISKOGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
23.11.2026 Poniedziałek	- Naleśniki GF z jabłkami i brzoskwinia - Surówka z marchewki i jabłka - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	439 kcal
24.11.2026 Wtorek	- Filet z kurczaka panierowany w płatkach kukurydźnianych z ziemniakami - Surówka z selera i brzoskwini - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	442 kcal
25.11.2026 Środa	- Sos myśliwski z kopytkami GF - Kapusta biała duszona - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	455 kcal
26.11.2026 Czwartek	- Gyros z kurczaka z bułeczką bao GF - Surówka z czerwonej kapusty i ogórka - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	425 kcal
27.11.2026 Piątek	- Ryba panierowana GF z ziemniakami - Ogórki w sosie winegret - Woda <i>Alergeny: seler, jaja, ryby, gorczyca</i>	435 kcal



DIETA

NISKOGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
30.11.2026 Poniedziałek	- Makaron GF z sosem pietruszkowym z szynką drobiową - Woda <i>Alergeny: seler, jaja</i>	454 kcal