DIETA
NISKOGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
02.11.2026 Poniedziałek	- Makaron GF w sosie bolońskim - Woda *Alergeny: seler, jaja*	*464 kcal*
03.11.2026 Wtorek	- Gulasz wieprzowy z kaszą gryczaną - Surówka z białej kapusty i ogórka kiszonego - Woda *Alergeny: seler, jaja*	*455 kcal*
04.11.2026 Środa	- Kotlet schabowy GF z Ziemniakami - Ogórki w sosie winegret - Woda *Alergeny: seler, jaja, gorczyca*	*440 kcal*
05.11.2026 Czwartek	- Gnocchi GF w sosie kalafiorowym z soczewicą i bazylią - Marchewka bebe - Woda *Alergeny: seler, jaja*	*469 kcal*
06.11.2026 Piątek	- Ryba panierowana GF z ziemniakami i koperkiem - Surówka z kapusty pekińskiej - Woda *Alergeny:seler, jaja, ryby*	*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 *Alergeny: seler,*	*432 kcal*
10.11.2026 Wtorek	- Polędwiczki z kurczaka GF z ziemniakami i koperkiem - Surówka colesław - Woda *Alergeny: seler, jaja, gorczyca*	*467 kcal*
		kcal
12.11.2026 Czwartek	- Bogracz wieprzowy z kaszą gryczaną - Ogórek kiszony - Woda *Alergeny: seler,*	*432 kcal*
13.11.2026 Piątek	- Paluszki rybne GF z ziemniaki - Surówka z kapusty kiszonej - Woda *Alergeny: seler, ryby, jaja*	*463 kcal*

DIETA
NISKOGLUTENOWA/BEZMLECZNA

DZIEŃ	OBIAD	ENERGIA [kcal]
16.11.2026 Poniedziałek	- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym z ryżem - Woda *Alergeny: seler,*	*447 kcal*
17.11.2026 Wtorek	- Kotlet mielony GF z ziemniakami - Surówka z buraków - Woda *Alergeny: seler, jaja*	*441 kcal*
18.11.2026 Środa	- Pieczona pałka z kurczaka w sosie pieczeniowym GF z kaszą jaglaną - Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem - Woda *Alergeny: seler,*	*437 kcal*
19.11.2026 Czwartek	- Pulpety wieprzowe w sosie pietruszkowo - koperkowym z kaszą gryczaną - Surówka królewska - Woda *Alergeny: seler, jaja*	*455 kcal*
20.11.2026 Piątek	- Ryba panierowana GF z ziemniakami i koperkiem - Surówka z kapusty pekińskiej - Woda *Alergeny: seler, ryby, jaja*	*456 kcal*

DIETA
NISKOGLUTENOWA/BEZMLECZNA

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

DIETA
NISKOGLUTENOWA/BEZMLECZNA

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