

11.04.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z kalafiora ze słonecznikiem (50)	
Schab z kija (40)	
Ogórek kiszony (60)	gorczyca
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Pomarańcza (1)	
obiad	alergeny
Zupa ryżowa z zielonym groszkiem (450)	seler, soja
Piersz z kurczaka duszona w jarzynach (60g)	seler
Mizeria (150)	mleko
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Salatka z makaronu pełnoziarnistego (200)	gluten, gorczyca, jaja, mleko
Szynka dobrze sprawiona (40)	gluten
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata expresowa (250)	
Posiłek nocny: kefir (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2314 kcal

Białka: 112,47 g

Tłuszcze: 47,21 g

Tłuszcze nasycone: 27,48 g

Węglowodany: 350,52 g

w tym cukry: 92,36 g

Błonnik: 26,47 g

Sód: 2,47 g

12.04.2026

śniadanie	alergeny
Paszтет z dzisia (40)	gluten, seler, soja
Twaróg (40g)	mleko
Pomidor (60)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kakao (250)	mleko
Gruszka (1)	
obiad	alergeny
Rosół z makaronem (450ml)	gluten, seler, soja
Kurczak duszony w jarzynach (90g)	seler
Salatka z kapusty czerwonej (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150g)	
Kompot (250ml)	
kolacja	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka drobiowa (40)	gluten, mleko
Papryka świeża (50)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata (250)	
Drożdżówka z kruszonką (60g)	gluten, jaja, mleko
Posiłek nocny: serek homogenizowy (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2711 kcal

Białka: 126,35 g

Tłuszcze: 80,67 g

Tłuszcze nasycone: 34,94 g

Węglowodany: 336,45 g

w tym cukry: 86,16 g

Błonnik: 27,45 g

Sód: 1,9 g

13.04.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg z koperkiem (40)	mleko
Szynka łopatkowa (40)	gluten
Papryka świeża (50)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Pomarańcza (1)	
obiad	alergeny
Zupa jarzynowa (450ml)	gluten, seler, soja
Ryba smażona (90)	gluten, ryby
Surówka z kapusty kiszonej (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Salatka z brokułem (120)	gorczyca, jaja, mleko
Szynka "bianka" (40)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2243 kcal

Białka: 101,47 g

Tłuszcze: 47,77 g

Tłuszcze nasycone: 25,25 g

Węglowodany: 319,32 g

w tym cukry: 74,86 g

Błonnik: 30,31 g

Sód: 2,74 g

14.04.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z buraka (50)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko
Kielbasa drobiowa (40)	gluten
Pomidor (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120g)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Jabłko (1)	
obiad	alergeny
Zupa brokułowa z makaronem (450ml)	gluten, seler, soja
Kurczak pieczony (90)	gluten, gorczyca, seler
Surówka z kapusty pekińskiej I (150)	gorczyca, jaja
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Paszтет domowy (80)	gluten, jaja
Salata zielona (10g)	
Papryka świeża (50)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120g)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt owocowy bez dodatku cukru (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2230 kcal

Białka: 116,28 g

Tłuszcze: 61,15 g

Tłuszcze nasycone: 28,43 g

Węglowodany: 273,74 g

w tym cukry: 63,23 g

Błonnik: 26,31 g

Sód: 2,39 g

15.04.2026

śniadanie	alergeny
Hummus z ciecierzycy (50)	
Ser mozzarella (40)	mleko
Ogórek zielony (60)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Mandarynka (1)	
obiad	alergeny
Zupa ogórkowa z ziemniakami (450)	gluten, gorczyca, seler, soja
Zraz drobiowy duszony (90)	gluten, jaja
Surówka z białej rzodkwi (150)	gorczyca, jaja, mleko
Kasza jęczmienna (150g)	gluten
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Ser żółty (40)	mleko
Szynka "bianka" (40)	
Pomidor (60)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: kefir (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2447 kcal

Białka: 111,2 g

Tłuszcze: 60,62 g

Tłuszcze nasycone: 35,59 g

Węglowodany: 321,62 g

w tym cukry: 73,51 g

Błonnik: 27,3 g

Sód: 3,22 g

16.04.2026

śniadanie	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka konserwowa (40g)	soja
Papryka świeża (50)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Gruszka (1)	
obiad	alergeny
Zupa pomidorowa z ryżem (450)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko, seler, soja
Medaliony duszone z pieczarkami (60)	gluten
Mizeria (150)	mleko
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Ser mozzarella (0,3)	mleko
Kielbasa drobiowa (40)	gluten
Pomidor (60)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2243 kcal
Białka: 110,41 g
Tłuszcze: 64,42 g
Tłuszcze nasycone: 32,79 g
Węglowodany: 274,28 g
w tym cukry: 63,86 g
Błonnik: 19,94 g
Sód: 2,24 g

17.04.2026

śniadanie	alergeny
Pasta kanapkowa z pieczonej ryby (50)	jaja, mleko, ryby
Twaróg (40)	mleko
Masło extra (10)	mleko
Ogórek kiszony (60)	gorczyca
Pieczywo mieszane (120g)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Kiwi (1szt)	
obiad	alergeny
Barszcz z ziemniakami (450)	gluten, mleko, seler, soja
Gulasz wegetariański (110g)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko
Surówka z białej i czerwonej kapusty (150)	
Kasza gryczana (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Drób w galarecie (200)	seler
Pomidor (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt owocowy bez dodatku cukru (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2216 kcal
Białka: 105,42 g
Tłuszcze: 53 g
Tłuszcze nasycone: 24,84 g
Węglowodany: 301,16 g
w tym cukry: 69,04 g
Błonnik: 32,12 g
Sód: 3,36 g

18.04.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg z pietruszką i słonecznikiem (40)	mleko
Szynka z indyka (40)	seler, soja
Ogórek kiszony (60)	gorczyca
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Pomarańcza (1)	
obiad	alergeny
Zupa z dyni z zacierką (450)	gluten, jaja, seler, soja
Suflet mięsny pieczony (90)	gluten, jaja, seler
Ćwikła (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Salatka z ryżu i kukurydzy (200)	gorczyca, jaja, mleko, soja
Schab z kija (40)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	
Posiłek nocny: kefir (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2632 kcal
Białka: 120,72 g
Tłuszcze: 48,96 g
Tłuszcze nasycone: 28,39 g
Węglowodany: 396,79 g
w tym cukry: 109,32 g
Błonnik: 28,24 g
Sód: 3,31 g

19.04.2026

śniadanie	alergeny
Pasztet z dzisia (40)	gluten, seler, soja
Twaróg (40g)	mleko
Rzodkiew biała (50g)	mleko
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kakao (250)	mleko
Jabłko (1)	
obiad	alergeny
Rosół z makaronem (450ml)	gluten, seler, soja
Kotlet z piersi kurczaka smażony (90)	gluten, jaja, mleko
Salatka z kapusty czerwonej (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150g)	
Kompot (250ml)	
kolacja	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka drobiowa (40)	gluten, mleko
Papryka świeża (50)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (150)	gluten
Herbata (250)	
Babka piaskowa ucierana (60)	gluten, jaja, mleko
Posiłek nocny: serek homogenizowy (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2754 kcal
Białka: 123,54 g
Tłuszcze: 84,99 g
Tłuszcze nasycone: 34,96 g
Węglowodany: 346,42 g
w tym cukry: 93,11 g
Błonnik: 28,24 g
Sód: 3,02 g

20.04.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg z rzodkiewką (40)	mleko
Kielbasa drobiowa (40)	gluten
Pomidor (60)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Pomarańcza (1)	
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Krupnik (450)	gluten, seler, soja
Ryba gotowana w sosie greckim (165g)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten, ryby, seler
Surówka z marchwi (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Szynka "bianka" (40)	
Ser mozzarella (40)	mleko
Ogórek zielony (60)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2155 kcal
Białka: 106,28 g
Tłuszcze: 44,19 g
Tłuszcze nasycone: 27,55 g
Węglowodany: 285,54 g
w tym cukry: 74,71 g
Błonnik: 29 g
Sód: 2,51 g