

01.04.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z ryby gotowanej (40)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko, ryby
Szynka konserwowa (40g) soja	
Ogórek zielony (60)	
Rama (1)	
Powidła śliwkowe (15g)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Barszcz z ziemniakami (450)	gluten, mleko, seler, soja
Gulasz z indyka (110)	gluten, mleko, seler, soja
Surówka z białej rzodkwi (150)	gorczyca, jaja, mleko
Kasza gryczana (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Kiełbasa z rusztu (1)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten, mleko, soja
Pomidor (60g)	
Musztarda (15)	gorczyca
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posiłek nocny: jabłko (1)	

Wartość energetyczna: 2612 kcal
Białka: 116,05 g
Tłuszcze: 98,57 g
Tłuszcze nasycone: 34,3 g
Węglowodany: 337,18 g
w tym cukry: 105,87 g
Błonnik: 29,21 g
Sód: 3,81 g

02.04.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg (40)	mleko
Szynka z indyka (40)	seler, soja
Papryka świeża (50)	
Marmolada (15)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa z dyni z zacierką (450ml)	gluten, jaja, seler, soja
Kurczak pieczony (90)	gluten, gorczyca, seler
Surówka z kapusty pekińskiej II (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Salatka śledziowa (110)	gorczyca, ryby
Jajko gotowane (1)	jaja
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	
Posiłek nocny: kiwi (1)	

Wartość energetyczna: 2660 kcal
Białka: 119,18 g
Tłuszcze: 95,25 g
Tłuszcze nasycone: 22,46 g
Węglowodany: 336,72 g
w tym cukry: 94,56 g
Błonnik: 27,3 g
Sód: 2,84 g

03.04.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z brokułów (50)	gorczyca, jaja, mleko
Ser mozzarella (40g)	mleko
Pomidor (60g)	
Rama (1)	
Powidła śliwkowe (15g)	
Pieczywo mieszane (120g)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
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
Ryż z jabłkami (250g)	mleko
Ser żółty (40g)	mleko
Rukola (10)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120g)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posiłek nocny: gruszka (1)	

Wartość energetyczna: 2484 kcal
Białka: 95,83 g
Tłuszcze: 66,35 g
Tłuszcze nasycone: 23,81 g
Węglowodany: 392,26 g
w tym cukry: 111,84 g
Błonnik: 30,33 g
Sód: 2,33 g

04.04.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg z rzodkiewką (40)	mleko
Szynka drobiowa (40)	gluten, mleko
Ogórek kiszony (60)	gorczyca
Marmolada (15g)	
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250ml)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa koperkowa z ryżem (450ml)	seler, soja
Pieczeń wieprzowa z pieca (60g)	
Sos pieczeniowy (60)	gluten, mleko
Salatka z kapusty czerwonej (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Salatka jarzynowa (200)	gorczyca, jaja, mleko, seler
Szynka dobrze sprawiona (40)	gluten
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posiłek nocny: jabłko (1)	

Wartość energetyczna: 2371 kcal
Białka: 94,38 g
Tłuszcze: 71,43 g
Tłuszcze nasycone: 16,72 g
Węglowodany: 342,31 g
w tym cukry: 98,59 g
Błonnik: 29,03 g
Sód: 2,21 g

05.04.2026

śniadanie	alergeny
Kiełbaski białe (50)	
Jajko gotowane (1)	jaja
Krem chrzanowy (15)	dwutlenek siarki i siarczany, gorczyca, jaja, mleko
Schab z kija (40)	
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (150g)	gluten
Papryka świeża (50)	
Herbata ekspresowa (250ml)	
Babka wielkanocna (1)	gluten, jaja, mleko
obiad	alergeny
Rosół z makaronem (450ml)	gluten, seler, soja
Schab szpikowany białą kiełbasą z pieca (60)	
Ćwikła (150)	
Sos chrzanowy (60)	dwutlenek siarki, gluten, mleko
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150g)	
Kompot (250ml)	
kolacja	alergeny
Ser żółty (40g)	mleko
Szynka "bianka" (40)	
Szynka krucha (40)	soja
Sos tatarski (60g)	gorczyca, jaja, mleko
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (150g)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Makowiec japoński (60)	gluten, jaja, mleko, orzechy
Posiłek nocny: gruszka (1)	

Wartość energetyczna: 2975 kcal

Białka: 133,13 g

Tłuszcze: 102,21 g

Tłuszcze nasycone: 27,66 g

Węglowodany: 355,79 g

w tym cukry: 117,6 g

Błonnik: 32,76 g

Sód: 3,57 g

06.04.2026

śniadanie	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka dobrze sprawiona (40)	gluten
Ser topiony (17,5g)	mleko
Pomidor (60)	
Dip ziołowy (60)	gorczyca, jaja, mleko
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (150g)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	
obiad	alergeny
Zupa pomidorowa z ryżem (450)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko, seler, soja
Kotlet z piersi z kurczaka z pieczarkami smażony (90)	gluten, jaja, mleko
Surówka z białej i czerwonej kapusty (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250ml)	
kolacja	alergeny
Kiełbasa drobiowa (40)	gluten
Schab z kija (40)	
Ser żółty (40)	mleko
Dip ogórkowy (60)	gorczyca, jaja, mleko
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	
Ciasto marchewkowe z lukrem (60)	gluten, jaja
Posiłek nocny: pomarańcza (1)	

Wartość energetyczna: 2769 kcal

Białka: 111,01 g

Tłuszcze: 105,71 g

Tłuszcze nasycone: 21,23 g

Węglowodany: 338,37 g

w tym cukry: 104,47 g

Błonnik: 26,76 g

Sód: 3,13 g

07.04.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg z cebulką (40)	mleko
Kiełbasa drobiowa (40)	gluten
Papryka świeża (50)	
Marmolada (15g)	
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (120g)	gluten
Kawa mleczna (250ml)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa prowansalska z kaszą jaglaną (450)	dwutlenek siarki i siarczany, seler, soja
Bigos (400)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten, mleko, seler, soja
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Sałatką z kurczakiem (120g)	gorczyca, mleko
Ser mozzarella (42g)	mleko
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (120g)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posiłek nocny: jabłko (1)	

Wartość energetyczna: 2406 kcal

Białka: 107,5 g

Tłuszcze: 79,01 g

Tłuszcze nasycone: 29,25 g

Węglowodany: 326,29 g

w tym cukry: 103,14 g

Błonnik: 29,19 g

Sód: 2,61 g

08.04.2026

śniadanie	alergeny
Hummus z fasoli (50G)	
Ser żółty (40g)	mleko
Ogórek kiszony (60)	gorczyca
Rama (1)	
Powidła śliwkowe (15g)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa szpinakowa z ziemniakami (450ml)	gluten, seler, soja
Rolada szwajcarska pieczona (80)	gluten, jaja, mleko, seler, soja
Ćwikła z jabłkiem (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Makaron pełnoziarnisty z twarogiem (240)	gluten, mleko
Szynka z indyka (40)	seler, soja
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posiłek nocny: mandarynka (1)	

Wartość energetyczna: 2622 kcal

Białka: 113,08 g

Tłuszcze: 64,87 g

Tłuszcze nasycone: 25,95 g

Węglowodany: 399,1 g

w tym cukry: 111,81 g

Błonnik: 34,34 g

Sód: 2,39 g

09.04.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg (40)	mleko
Szynka konserwowa (40g)	soja
Pomidor (60g)	
Marmolada (15)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa kalafiorowa z grysikiem (450ml)	gluten, seler, soja
Schab pieczony (60g)	
Marchew z groszkiem (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Śledzie w pomidorach (90)	dwutlenek siarki i siarczany, ryby
Szynka "bianka" (40)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	
Posiłek nocny: gruszka (1)	

Wartość energetyczna: 2300 kcal**Białka: 110,06 g****Tłuszcze: 68,5 g****Tłuszcze nasycone: 16,31 g****Węglowodany: 317,66 g****w tym cukry: 93,57 g****Błonnik: 26,46 g****Sód: 2,97 g****10.04.2026**

śniadanie	alergeny
Pasta z ryby gotowanej (40)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko, ryby
Jajko gotowane (1)	jaja
Salata zielona (10g)	
Rama (1)	
Powidła śliwkowe (15g)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa koperkowa z zacierką (450)	gluten, jaja, seler, soja
Ragout z soczewicy (120)	seler
Surówka z białej rzodkwi (150)	gorczyca, jaja, mleko
Kasza gryczana (300)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Zapiekanka z ziemniaków (300g)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten, mleko, soja
Ser żółty (40g)	mleko
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120g)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posiłek nocny: kiwi (1)	

Wartość energetyczna: 2829 kcal**Białka: 119,3 g****Tłuszcze: 76,1 g****Tłuszcze nasycone: 28,29 g****Węglowodany: 447,35 g****w tym cukry: 94,89 g****Błonnik: 49,94 g****Sód: 2,3 g**