

01.04.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z ryby gotowanej (40)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko, ryby
Szynka konserwowa (40g) soja	
Pomidor (60g)	
Rama (1)	
Powidła śliwkowe (15g)	
Pieczywo mieszane (120g)	gluten, mleko
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Barszcz z ziemniakami (450)	gluten, mleko, seler, soja
Gulasz z indyka (110)	gluten, mleko, seler, soja
Bukiet z warzyw (150g)	
Kasza gryczana (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Grysik na gęsto (200)	gluten, mleko
Kielbasa drobiowa (40)	gluten
Rukola (10)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Posiłek nocny: jabłko (1)	
Herbata ekspresowa (250ml)	
Wartość energetyczna: 2461 kcal	
Białka: 114,88 g	
Tłuszcze: 65,02 g	
Tłuszcze nasycone: 21,57 g	
Węglowodany: 369,69 g	
w tym cukry: 111,45 g	
Błonnik: 26,65 g	
Sód: 2,71 g	

02.04.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg (40)	mleko
Szynka z indyka (40)	seler, soja
Pomidor (60g)	
Rama (1)	
Marmolada (15)	
Pieczywo białe (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa z dyni z zacierką (450ml)	gluten, jaja, seler, soja
Suflet mięsny pieczony (90)	gluten, jaja, seler
Marchew oprószana (150)	gluten
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Salatka caprese (100)	mleko
Jajko gotowane (1)	jaja
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	
Posiłek nocny: kiwi (1)	
Wartość energetyczna: 2615 kcal	
Białka: 105,84 g	
Tłuszcze: 69,75 g	
Tłuszcze nasycone: 21,26 g	
Węglowodany: 356,88 g	
w tym cukry: 95,46 g	
Błonnik: 25,8 g	
Sód: 2,76 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, mleko
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa jarzynowa (450ml)	gluten, seler, soja
Ryba gotowana w sosie greckim (165g)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten, ryby, seler
Kalafior z wody (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: 2410 kcal	
Białka: 103,82 g	
Tłuszcze: 60,21 g	
Tłuszcze nasycone: 23,8 g	
Węglowodany: 381,65 g	
w tym cukry: 112,35 g	
Błonnik: 28,95 g	
Sód: 1,77 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 (100g)	gluten, mleko
Kawa mleczna (250ml)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa koperkowa z ryżem (450ml)	seler, soja
Kurczak duszony w jarzynach (90g)	seler
Surówka z marchwi i jabłka (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 (150g)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posiłek nocny: jabłko (1)	
Wartość energetyczna: 2403 kcal	
Białka: 95,68 g	
Tłuszcze: 71,47 g	
Tłuszcze nasycone: 17,99 g	
Węglowodany: 329,48 g	
w tym cukry: 105,18 g	
Błonnik: 28,98 g	
Sód: 2,29 g	

05.04.2026

śniadanie	alergeny
Kielbaski białe (50)	
Jajko gotowane (1)	jaja
Krem chrzanowy (15)	dwutlenek siarki i siarczany, gorczyca, jaja, mleko
Schab z kija (40)	
Papryka świeża (50)	
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (100g)	gluten, mleko
Herbata ekspresowa (250ml)	
Babka wielkanocna (1)	gluten, jaja, mleko
obiad	alergeny
Rosół z makaronem (450ml)	gluten, seler, soja
Schab szpikowany białą kielbasą z pieca (60)	
Sos chrzanowy (60)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten, mleko
Ćwikła (150)	
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 (100g)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Makowiec japoński (60)	gluten, jaja, mleko, orzechy
Posiłek nocny: gruszka (1)	

Wartość energetyczna: 2953 kcal

Białka: 131,75 g

Tłuszcze: 102,92 g

Tłuszcze nasycone: 27,86 g

Węglowodany: 349,04 g

w tym cukry: 118,51 g

Błonnik: 31,03 g

Sód: 3,34 g

06.04.2026

śniadanie	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka dobrze sprawiona (40)	gluten
Twaróg (40)	mleko
Pomidor (60)	
Dip ziołowy (60)	gorczyca, jaja, mleko
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	
obiad	alergeny
Zupa pomidorowa z ryżem (450)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko, seler, soja
Pierś duszona nadziewana brokułami (70g)	mleko
Sos pieczarkowo-paprykowy (60)	mleko
Salata zielona (50g)	mleko
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250ml)	
kolacja	alergeny
Kielbasa 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: 2550 kcal

Białka: 114,55 g

Tłuszcze: 83,92 g

Tłuszcze nasycone: 24,38 g

Węglowodany: 327,38 g

w tym cukry: 103,5 g

Błonnik: 23,71 g

Sód: 3,3 g

07.04.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg z koperkiem (40)	mleko
Kielbasa drobiowa (40)	gluten
Salata zielona (10g)	
Rama (1szt)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten, mleko
Marmolada (15)	
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa prowansalska z kaszą jaglaną (450)	dwutlenek siarki i siarczany, seler, soja
Ryba gotowana (80g)	ryby, seler
Sos śmietanowy (60g)	gluten, gorczyca, mleko
Surówka z marchwi (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Kluski na parze (2)	gluten, jaja, mleko
Szynka łopatkowa (40)	gluten
Pomidor (60g)	
Rama (1szt)	
Pieczywo razowe (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posiłek nocny: jabłko (1)	

Wartość energetyczna: 2512 kcal

Białka: 90,1 g

Tłuszcze: 52,16 g

Tłuszcze nasycone: 12,83 g

Węglowodany: 383,78 g

w tym cukry: 104,95 g

Błonnik: 27,73 g

Sód: 1,54 g

08.04.2026

śniadanie	alergeny
Szynka pieprzowa (40)	soja
Ser mozzarella (42g)	mleko
Ogórek kiszony (60)	gorczyca
Rama (1)	
Powidla śliwkowe (15g)	
Pieczywo mieszane (120g)	gluten, mleko
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
Salatka z brokułem (120)	gorczyca, jaja, mleko
Szynka z indyka (40)	seler, soja
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Posiłek nocny: mandarynka (1)	
Herbata ekspresowa (250ml)	

Wartość energetyczna: 2306 kcal

Białka: 105,33 g

Tłuszcze: 61,14 g

Tłuszcze nasycone: 22,22 g

Węglowodany: 334,55 g

w tym cukry: 103,88 g

Błonnik: 29,61 g

Sód: 2,09 g

09.04.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg (40)	mleko
Szynka konserwowa (40g)	soja
Pomidor (60g)	
Rama (1)	
Marmolada (15)	
Pieczywo białe (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa kalafiorowa z grysikiem (450ml)	gluten, seler, soja
Schab pieczony (60g)	
Surówka z marchwi (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Woda z cytryną (250)	
kolacja	alergeny
Pierogi ruskie (4)	gluten, mleko
Szynka "bianka" (40)	
Ogórek kiszony (60)	gorczyca
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	
Posiłek nocny: gruszka (1)	

Wartość energetyczna: 2521 kcal
Białka: 98,4 g
Tłuszcze: 66,36 g
Tłuszcze nasycone: 17,44 g
Węglowodany: 347,01 g
w tym cukry: 98,62 g
Błonnik: 26,07 g
Sód: 3,47 g

Kierownik żywienia

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 (120g)	gluten, mleko
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa koperkowa z zacierką (450)	gluten, jaja, seler, soja
Risotto wegetariańskie (350)	soja
Fasolka szparagowa z wody (150)	
Sos pomidorowy (60g)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten, mleko
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Ser mozzarella (42g)	mleko
Kielbasa drobiowa (40)	gluten
Rukola (10)	
Pomidor (60g)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (120g)	gluten
Herbata ekspresowa (250ml)	
Posiłek nocny: kiwi (1)	

Wartość energetyczna: 2047 kcal
Białka: 91,09 g
Tłuszcze: 54,98 g
Tłuszcze nasycone: 21,47 g
Węglowodany: 308,66 g
w tym cukry: 79,07 g
Błonnik: 18,35 g
Sód: 1,54 g

Szef kuchni