

Jadłospis na dzień 01.05.2026r

Potrawa	Ilość g/ml	kcal
Śniadanie		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb pszenny	100,00	232,20
Masło ekstra	10,00	67,32
Szynka delikatesowa z kurczaka	50,00	53,14
Pomidor	100,00	16,42
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	180,00	97,20
Ser, gouda tłusty	20,00	57,24
Bułki pszenne zwykłe	2,40	5,90
Obiad		
Zupa rosół z makaronem	300,00	184,88
Marchew, Pietruszka, korzeń, Pietruszka, liście, Por, Cebula, Seler korzeniowy, Makaron bezajeczny, Noga (udo) kurczaka,		
Ziemniaki, gotowane w wodzie	200,00	127,80
Fasola szparagowa, gotowana w wodzie	150,00	44,55
Kompot z mrożonek	250,00	43,33
Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier,		
Kotlet mielony 120	120,00	293,06
Wieprzowina, szynka surowa, Cebula, Jaja kurze całe, Olej rzepakowy, Kasza jaglana,		
Jabłko	4,40	1,45
Podwieczorek		
Kefir, 2% tłuszczu	200,00	90,00
Kolacja		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi	100,00	225,00
Tłuszcz mieszany roślinno-zwierzęcy, 60 % tłuszczu	10,00	52,47
Szynka wiejska	50,00	54,43
Salata zielona z pomidorem, ogórkiem, olejem słonecznikowym	100,00	58,50

Energia (kcal)	1704,88
Energia (kJ)	7173,69
Białko ogółem (g)	81,42
Tłuszcz (g)	61,56
Węglowodany ogółem (g)	196,95
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	18,07
Sacharoza (g)	1,88
Błonnik pokarmowy (g)	46,13
Sól (g)	22,94

Jadłospis na dzień02.05.2026.....

Potrawa	Ilość g/ml	kcal
Śniadanie		
Szynka kanapkowa	50,00	43,20
Płatki owsiane na mleku 300	300,00	199,31
Płatki owsiane, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu,		
Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony	10,00	13,86
Pomidor	100,00	16,42
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb pszenny	100,00	232,20
Masło ekstra	10,00	67,32
Ser twarogowy półtłusty	50,00	59,40
Obiad		
Zupa grochowa	300,00	219,49
Cebula, Groch, nasiona suche, Kielbasa zwyczajna, Kurczak, tuszka, Czosnek, Ziemniaki, późne, Marchew, Pietruszka, korzeń		
Seler korzeniowy, Por,		
Gulasz mięsno-warzywny 200	200,00	226,49
Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Por, Kapusta biała, Groszek zielony, Koncentrat pomidorowy, 30%, Wieprzowina, szynka surowa, Cebula, Olej rzepakowy, Marchew,		
Makaron dwujajeczny	200,00	671,40
Kompot z mrożonek	250,00	43,33
Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier,		
Podwieczorek		
Kefir, 2% tłuszczu	200,00	90,00
Kolacja		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi	100,00	225,00
Tłuszcz mieszany roślinno-zwierzęcy, 60 % tłuszczu	10,00	52,47
Szynka z piersi kurczaka	50,00	41,47
Salata	20,00	2,16
Ogórek	80,00	7,26

lerygeny

efir, 2% tłuszczu(MLEKO), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu(MLEKO), Ser twarogowy półtłusty(MLEKO),

Energia (kcal)	2210,78
Energia (kJ)	9341,62
Białko ogółem (g)	108,39
Tłuszcz (g)	50,11
Węglowodany ogółem (g)	325,5
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,91
Sacharoza (g)	2,21
Błonnik pokarmowy (g)	46,56
Sól (g)	21,43

Jadłospis na dzień 03.05.2026r.....

Potrawa	Ilość g/ml	kcal
Śniadanie		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb pszenny	100,00	232,20
Masło ekstra	10,00	67,32
Szynka wieprzowa, gotowana	50,00	50,98
Ser topiony, edamski	10,00	27,18
Pomidor	100,00	16,42
Bułki pszenne zwykłe	60,00	147,42
Obiad		
Zupa rosół z makaronem	300,00	184,88
Marchew, Pietruszka, korzeń, Pietruszka, liście, Por, Cebula, Seler korzeniowy, Makaron bezjajeczny, Noga (udo) kurczaka, Ziemniaki, gotowane w wodzie	200,00	127,80
Filety z kurczaka, panierowane, smażone bez tłuszczu	100,00	124,20
Marchewka, gotowana, zasmażana	120,00	101,52
Kompot z mrożonek	250,00	43,33
Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier, Jabłko	110,00	36,13
Podwieczorek		
Serek twarogowy, ziarnisty	200,00	181,80
Colacja		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi	100,00	225,00
Tłuszcz mieszany roślinno-zwierzęcy, 60 % tłuszczu	10,00	52,47
Polędwica sopocka	50,00	56,25
Salata zielona z pomidorem, ogórkiem, olejem słonecznikowym	100,00	58,50
Ser, gouda tłusty	20,00	57,24
Biała kawa 300	250,00	121,67
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek,		

lerygeny

lęko spożywcze, 2% tłuszczu(MLEKO), Ser topiony, edamski(MLEKO), Ser, gouda tłusty(MLEKO), Serek twarogowy, iarnisty(MLEKO),

Energia (kcal)	1912,32
Energia (kJ)	8058,71
Białko ogółem (g)	107,73
Tłuszcz (g)	56,04
Węglowodany ogółem (g)	236
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,65
Sacharoza (g)	1,92
Błonnik pokarmowy (g)	40,24
Sól (g)	30,46

Jadłospis na dzień 04.05.2026

Potrawa	Ilość g/ml	kcal
Śniadanie		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb pszenny	100,00	232,20
Masło ekstra	10,00	67,32
Dżem truskawkowy, niskosłodzony	10,00	13,77
Kurczęta pieczone	50,00	93,15
Pomidor	100,00	16,42
Kasza manna na mleku 300	300,00	177,42
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna,		
Ser twarogowy półtłusty	30,00	35,64
Obiad		
Zupa pieczarkowa z makaronem	300,00	177,14
Marchew, Pietruszka, korzeń, Pietruszka, liście, Seler korzeniowy, Por, Cebula, Pieczarka uprawna, świeża, Śmietana, 12% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 500, Makaron bezjajeczny, Kurczak, tuszka,		
Ziemniaki, gotowane w wodzie	200,00	127,80
Klopsik gotowany 120	120,00	161,88
Wieprzowina, szynka surowa, Cebula, Jaja kurze całe, Kasza jaglana, Mąka pszenna, typ 500,		
Sos pomidorowy 50	50,00	130,50
Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D, Mąka pszenna, typ 500, Koncentrat pomidorowy, 30%,		
Surówka wielowarzywna z majonezem	100,00	148,50
Kompot z cytryny	250,00	20,63
Cytryna, Cukier,		
Mandarynki	100,00	30,37
Podwieczorek		
Kefir, 2% tłuszczu, z wapnem	200,00	90,00
Kolacja		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb pszenny	100,00	232,20
Tłuszcz mieszany roślinno-zwierzęcy, 60 % tłuszczu	10,00	52,47
Pasta z jaj	50,00	104,85
Szynka z piersi kurczaka	50,00	41,47
Salata zielona z olejem słonecznikowym	80,00	91,44

Iergeny

aJa kurze całe(JAJA), Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem(MLEKO), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu(MLEKO), Ser twarogowy 0%tłusty(MLEKO), Śmietana, 12% tłuszczu(MLEKO),

Energia (kcal)	2045,18
Energia (kJ)	8596,11
Białko ogółem (g)	92,56
Tłuszcz (g)	83,4
Węglowodany ogółem (g)	226,78
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,66
Sacharoza (g)	2,26
Błonnik pokarmowy (g)	67,17
Sól (g)	28,07

Jadłospis na dzień05.05.2026r.....

Potrawa	Ilość g/ml	kcal
Śniadanie		
Bułki pszenne zwykłe	60,00	147,42
Chleb pszenny	60,00	139,32
Masło ekstra	10,00	67,32
Szynkówka wieprzowa	50,00	82,94
Pomidor	100,00	16,42
Płatki owsiane na mleku 300	300,00	199,31
Płatki owsiane, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu,		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Obiad		
Zupa kapuśniak	300,00	130,52
Kiełbasa zwyczajna, Kurczak, tuszka, Czosnek, Ziemniaki, późne, Marchew, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Por, Cebula		
Kapusta kwaszona,		
Kasza gryczana na sypko, z masłem	200,00	239,40
Gulasz mięsny wołowy 160	160,00	195,81
Wołowina, polędwica, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500,		
Surówka z ogórków kwaszonych, cebuli z olejem słonecznikowym	100,00	40,50
Jabłko	120,00	39,42
Podwieczorek		
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	180,00	97,20
Kolacja		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi	100,00	225,00
Tłuszcz mieszany roślinno-zwierzęcy, 60 % tłuszczu	10,00	52,47
Pasztet rybny	50,00	120,60
Ser, gouda tłusty	30,00	85,86
Salata zielona z pomidorem, ogórkiem, olejem słonecznikowym	100,00	58,50

lerygeny

ogurt naturalny, 2% tłuszczu(MLEKO), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu(MLEKO), Ser, gouda tłusty(MLEKO),

Energia (kcal)	1938,02
Energia (kJ)	8141,94
Białko ogółem (g)	87,71
Tłuszcz (g)	76,21
Węglowodany ogółem (g)	223,22
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	18,33
Sacharoza (g)	2,01
Błonnik pokarmowy (g)	34,18
Sól (g)	29,62

Jadłospis na dzień 06.05.2026r.....

Potrawa	Ilość g/ml	kcal
Śniadanie		
Dżem z czarnych porzeczek, niskosłodzony	10,00	14,04
Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 150	150,00	179,07
Ser twarogowy półtłusty, Rzodkiewka, Szczypiorek,		
Szynka z piersi kurczaka	50,00	41,47
Biała kawa 300	300,00	146,00
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek,		
Pomidor	100,00	16,42
Zupa fasolowa	300,00	197,10
Marchew, Pietruszka, korzeń, Pietruszka, liście, Seler korzeniowy, Por, Kielbasa zwyczajna, Kurczak, tuszka, Cebula, Fasola biała, nasiona suche, Ziemniaki, późne,		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb pszenny	70,00	162,54
Bułki pszenne zwykłe	60,00	147,42
Obiad		
Ziemniaki, gotowane w wodzie	200,00	127,80
Filety z kurczaka, panierowane, smażone bez tłuszczu	100,00	124,20
Surówka z marchwi i jabłek	150,00	76,95
Kompot z mrożonek	250,00	43,33
Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier,		
Podwieczorek		
Kefir, 2% tłuszczu	200,00	90,00
Kolacja		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi	100,00	225,00
Szynkówka wieprzowa	50,00	82,94
Salata	20,00	2,16
Papryka czerwona	80,00	19,58
Ser, gouda tłusty	40,00	114,48

lerygeny

efir, 2% tłuszczu(), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu(), Ser twarogowy półtłusty(), Ser, gouda tłusty(),

Energia (kcal)	1810,51
Energia (kJ)	7653,3
Białko ogółem (g)	120,03
Tłuszcz (g)	40,07
Węglowodany ogółem (g)	235,65
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,57
Sacharoza (g)	2,69
Błonnik pokarmowy (g)	84,77
Sól (g)	20,68

Jadłospis na dzień 07.05.2026

Potrawa	Ilość g/ml	kcal
Śniadanie		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb pszenny	70,00	162,54
Bułki pszenne zwykłe	60,00	147,42
Masło ekstra	10,00	67,32
Ser typu "Feta"	100,00	194,40
Szynka parzona	60,00	53,46
Pomidor	100,00	16,42
Kasza manna na mleku 300	300,00	177,42
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna,		
Obiad		
Jabłko	120,00	39,42
Zupa jarzynowa	300,00	
Ziemniaki, późne, Marchew, Por, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Śmietana, 12% tłuszczu, Kurczak, tuszka, Pietruszka, liście, Groszek zielony, Seler korzeniowy, Pietruszka, korzeń,		
Ziemniaki, gotowane w wodzie	200,00	127,80
Gołąbki 200	200,00	229,77
Wieprzowina, szynka surowa, Ryż brązowy, Kapusta biała, Cebula, Jaja kurze całe,		
Podwieczorek		
Serek twarogowy, ziarnisty	200,00	181,80
Kolacja		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb mieszany	100,00	224,86
Chleb żytni razowy z soją i słonecznikiem, Chleb mazowiecki, Chleb wiejski,		
Tłuszcz mieszany roślinno-zwierzęcy, 60 % tłuszczu	10,00	52,47
Salatka jarzynowa z warzyw gotowanych, z majonezem i jogurtem naturalnym 2% tłuszczu	250,00	164,70
Filet z kurczaka w galarecie	60,00	30,78

lerygeny

aja kurze całe(J), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu(M), Ser typu "Feta"(M), Serek twarogowy, ziarnisty(M), Śmietana, 12% tłuszczu(M),

Energia (kcal)	1870,57
Energia (kJ)	7877,15
Białko ogółem (g)	105,6
Tłuszcz (g)	61,11
Węglowodany ogółem (g)	218,78
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	19,48
Sacharoza (g)	1,89
Błonnik pokarmowy (g)	53,4
Sól (g)	32,48

Jadłospis na dzień 08.05.2026 ✓

Potrawa	Ilość g/ml	kcal
Śniadanie		
Masło ekstra	10,00	67,32
Dżem wiśniowy, niskosłodzony	10,00	13,77
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 120	120,00	166,68
Jaja kurze całe, Olej rzepakowy, Szczypiorek, Koper ogrodowy, Musztarda, Pomidor	100,00	16,42
Ser, gouda tłusty	30,00	85,86
Płatki owsiane na mleku 300	300,00	199,31
Płatki owsiane, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb pszenny	70,00	162,54
Butki pszenne zwykłe	60,00	147,42
Obiad		
Barszcz ukraiński z białą fasolą	300,00	148,50
Ryż ze śmietaną, jabłkiem i cynamonem 300	300,00	402,83
Ryż brązowy, Jabłko, Śmietana, 18% tłuszczu, Cukier, Kompot z wiśni, z cukrem	250,00	171,00
Podwieczorek		
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	180,00	97,20
Kolacja		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi	100,00	225,00
Tłuszcz mieszany roślinno-zwierzęcy, 60 % tłuszczu	10,00	52,47
Ser, gouda tłusty	30,00	85,86
Ogórek kwaszony	100,00	10,80

lerygeny

aia kurze cae(JAJA), Jogurt naturalny, 2% tuszczu(MLEKO), Mleko spozywcze, 2% tuszczu(MLEKO), Ser, gouda
usty(MLEKO), Smietana, 18% tuszczu(MLEKO),

Energia (kcal)	2052,98
Energia (kJ)	8639,29
Bialko ogolem (g)	74,95
Tuszcz (g)	66,76
Weglowodany ogolem (g)	276,96
Kwasy tuszczowe nasycone (g)	11,75
Sacharoza (g)	1,4
Blonnik pokarmowy (g)	27,23
Sol (g)	34,47

Jadłospis na dzień 08.05.2026r

Potrawa	Ilość g/ml	kcal
Śniadanie		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb pszenny	70,00	162,54
Bułki pszenne zwykłe	60,00	147,42
Masło ekstra	10,00	67,32
Ser twarogowy półtłusty	50,00	59,40
Kiełbasa krakowska, sucha	50,00	136,71
Ogórek	100,00	9,07
Kasza manna na mleku 300	300,00	177,42
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna,		
Obiad		
Zupa kalafiorowa	300,00	133,51
Ziemniaki, późne, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Śmietana, 12% tłuszczu, Pietruszka, liście, Kurczak, tuszka, Kalafior, mrożony, Seler korzeniowy,		
Fasolka po bretońsku 300	300,00	658,43
Fasola biała, nasiona suche, Cebula, Kiełbasa zwyczajna, Olej rzepakowy, Koncentrat pomidorowy, 30%,		
Jabłko	120,00	39,42
Kompot z mrożonek	250,00	43,33
Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier,		
Podwieczorek		
Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem	200,00	90,00
Colacja		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi	100,00	225,00
Tłuszcz mieszany roślinno-zwierzęcy, 60 % tłuszczu	10,00	52,47
Pasztet wieprzowy, pieczony	60,00	210,06
Salata	20,00	2,16
Papryka czerwona	80,00	19,58

lerygeny
efir, 2% tłuszczu, z wapniem(M), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu(M), Ser twarogowy półtłusty(M), Śmietana, 12% tłuszczu(M),

Energia (kcal)	2233,85
Energia (kJ)	9380,41
Białko ogółem (g)	100,89
Tłuszcz (g)	90,31
Węglowodany ogółem (g)	246,73
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	19,41
Sacharoza (g)	2,38
Błonnik pokarmowy (g)	80,76
Sól (g)	32,45

Jadłospis na dzień 10.05.2026

Potrawa	Ilość g/ml	kcal
Śniadanie		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb pszenny	70,00	162,54
Bułki pszenne zwykłe	60,00	147,42
Masło ekstra	10,00	67,32
Biała kawa 300	300,00	146,00
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek,		
Półdewica sopocka	60,00	67,50
Ser twarogowy półtłusty	50,00	59,40
Pomidor	100,00	16,42
Obiad		
Zupa rosół z makaronem	300,00	184,88
Marchew, Pietruszka, korzeń, Pietruszka, liście, Por, Cebula, Seler korzeniowy, Makaron bezjajeczny, Noga (udo) kurczaka,		
Ziemniaki, gotowane w wodzie	200,00	127,80
Udo z kurczaka pieczone 250	250,00	274,75
Noga (udo) kurczaka,		
Kompot z mrożonek	250,00	43,33
Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier,		
Podwieczorek		
Serek twarogowy, ziarnisty	200,00	181,80
Colacja		
Herbata czarna, napar bez cukru	250,00	
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi	100,00	225,00
Tłuszcz mieszany roślinno-zwierzęcy, 60 % tłuszczu	10,00	52,47
Salata zielona z pomidorem, ogórkiem, olejem słonecznikowym	150,00	87,75
Szynka z piersi kurczaka	60,00	49,77

Iergeny

Ileko spożywcze, 2% tłuszczu(M), Ser twarogowy półtłusty(M), Serek twarogowy, ziarnisty(M),

Energia (kcal)	1894,16
Energia (kJ)	7977,72
Białko ogółem (g)	121,61
Tłuszcz (g)	62,62
Węglowodany ogółem (g)	203,05
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,38
Sacharoza (g)	2,27
Błonnik pokarmowy (g)	38,26
Sól (g)	28,12

lerygeny

lisko spożywcze, 2% tłuszczu(M), Ser twarogowy półtłusty(M), Serek twarogowy, ziarnisty(M),

Energia (kcal)	1894,16
Energia (kJ)	7977,72
Białko ogółem (g)	121,61
Tłuszcz (g)	62,62
Węglowodany ogółem (g)	203,05
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,38
Sacharoza (g)	2,27
Błonnik pokarmowy (g)	38,26
Sól (g)	28,12