

Symbol analizy: MAJ11

Jadłospis na dzień: 2026.05.11

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	ser twaróg półtusty	50
	Bułka pszenna zwykła	60
	Polędwica sopocka	60
	Chleb pszenny	100
	Pomidor	100
	Płatki owsiane na mleku	300
	Herbata czarna b/c	250
	Masło ekstra	10g
obiad	Ziemniaki gotowane w wodzie	200
	Zupa fasolowa	300
	Kotlet mielony	120
	sur.z marchwi i jabłek	150
podwieczorek	Jogurt naturalny	180
kolacja	Masło ekstra	10
	Ser gółda tłusty	30
	Kurczak gotowany	60
	Cheb mieszany	100
	Salata z pomidorem, ogórkiem i olejem	100
	Herbata czarna b/c	250

Alergeny
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi(), Jaja kurze całe(), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu(), Ser twarogowy półtłusty()
Ser, gouda tłusty(),

Energia (kcal)	1887,79
Energia (kJ)	7936,61
Białko ogółem (g)	100,38
Tłuszcz (g)	72,26
Węglowodany ogółem (g)	196,06
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,68
Sacharoza (g)	2,23
Błonnik pokarmowy (g)	35,99
Sól (g)	29,56

Symbol analizy: MAJ11

Jadłospis na dzień: 2026.05.12

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	Ser twarogowy półtusty	
	Dżem niskosłodzony	10
	masło ekstra	10
	Chleb pszenny	100
	Pomidor	100
	Kasza manna na mleku	300
	Herbata goszka b/c	250
II śniadanie	Kompot z mrożonek	250
obiad	Ziemniaki z wodyt	200
	Zupa pomidorowa z makaronem	300
	Kotlet mielony	120
	surówka z czerwonej kapusty	150
podwieczorek	Jogurt naturalny	180
kolacja	Tłuszcz 60%	10
	szynka z kurczaka	70
	Chleb mieszany	100
	Salata zielona z pomidorem i ogórkiem z olejem	100
	Herbata czarna b/c	250

Alergeny

Chleb mieszany, z płatkami owsianymi(), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu(), Kotlet mielony z mięsa mieszanego, smażony(), Ser twarogowy półtusty(),

Energia (kcal)	1875,49
Energia (kJ)	7875,93
Białko ogółem (g)	93,56
Tłuszcz (g)	66,9
Węglowodany ogółem (g)	213,77
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,99
Sacharoza (g)	2,19
Błonnik pokarmowy (g)	60,36
Sól (g)	26,14

Symbol analizy: MAJ11

Jadłospis na dzień: 2026.05.13

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	Masło ekstra	10
	Ser gouda tłusty	30
	Bułka zwykła	60
	Chleb pszenny	70
	Szynka delikatesowa z kurczaka	70
	Pomidor	100
	Biała kawa	250
	Herbata czarna b/c	250
obiad	Barszcz biały	300
	Potrawka z kurczaka	300
	Jabłko	120
	Kompot z mrozonek	250
podwieczorek	Kefir	200
kolacja	Masło ekstra	10
	Polędwica sopocka	70
	Chleb mieszany	100
	Ogórek świeży	100
	Herbata czarna b/c	250

Alergeny

Chleb mieszany, z płatkami owsianymi(), Kefir, 2% tłuszczu(), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu(), Ser, gouda tłusty(), Śmietana, 12% tłuszczu(),

Energia (kcal)	1630,91
Energia (kJ)	6863,61
Białko ogółem (g)	88,51
Tłuszcz (g)	61,84
Węglowodany ogółem (g)	181,91
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	18,26
Sacharoza (g)	1,9
Błonnik pokarmowy (g)	45
Sól (g)	28,91

Symbol analizy: MAJ11

Jadłospis na dzień: 2026.05.14

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	Masło ekstra	10
	Bułka zwykła	60
	Chleb pszenny	70
	Kiełbasa żywiecka	70
	Płatki jęczmienne na mleku	300
	Twarożek z rzodkiewką	150
	Herbata czarna b/c	250
obiad	Gulasz mięsno warzywny	200
	Ziemniaki z wody	200
	Krupnik z kaszy jęczmiennej	300
	banan	120
	Kompot z mrozonek	250
podwieczorek	Serek twarogowy ziarnisty	200
kolacja	Tłuszcz 60%	10
	Szynka z kurczaka	70
	Chleb mieszany	100
	Salatka jarzynowa z majonezem	100
	Herbata czarna b/c	250

Alergeny

Chleb mieszany, z płatkami owsianymi(), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu(), Ser twarogowy półtłusty(), Serek twarogowy, ziarnisty(),

Energia (kcal)	2219,39
Energia (kJ)	9336,03
Białko ogółem (g)	127,66
Tłuszcz (g)	79,65
Węglowodany ogółem (g)	251,75
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28
Sacharoza (g)	2,91
Błonnik pokarmowy (g)	46,69
Sól (g)	31,95

Symbol analizy: MAJ11

Jadłospis na dzień: 2026.05.15

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	Masło ekstra	10
	Sereg twarogowy półtusty	50
	Bułka zwykła	60
	Polędwica sopocka	60
	Chleb pszenny	70
	Pomidor	100
	Płatki owsiane na mleku	300
	Herbata czarna b/c	250
obiad	Ziemniaki z wody	200
	Zupa fasolowa	300
	Kotlet mielony	120
	Surówka z marchewki i jabłek	150
	Kompot z mrożonek	250
podwieczorek	Jogurt naturalny	180
kolacja	Masło ekstra	10
	Ser gołda	30
	Szynka z piersi kurczaka	70
	Chleb mieszany	100
	Salata zielona z pomidorem,ogórkiem, olejem	100
	Herbata czarna b/c	250

Alergeny

Chleb mieszany, z płatkami owsianymi(), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu(), Śmietana, 18% tłuszczu(),

Energia (kcal)	1971,65
Energia (kJ)	8282,7
Białko ogółem (g)	79,35
Tłuszcz (g)	70,17
Węglowodany ogółem (g)	243,77
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	22,84
Sacharoza (g)	1,64
Błonnik pokarmowy (g)	42,9
Sól (g)	31,01

Symbol analizy: MAJ11

Jadłospis na dzień: 2026.05.16

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	Masło ekstra	10
	Bułka zwykła	60
	Szynka kanapkowa	70
	chleb pszenny	70
	Pomidor	100
	Płatki owsiane na mleku	300
	Herbata czarna b/c	250
obiad	Fasolka po bretońsku	300
	Zupa jarzynowa	300
	Jabłko	120
	Kompot	250
podwieczorek	Kefir	200
kolacja	Tuszc 60%	10
	Chleb mieszany	100
	Ogórek kwaszony	100
	Śledzie w oleju	100
	Herbata czarna b/c	250

Alergeny
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi(), Kefir, 2% tłuszczu(),

Energia (kcal)	2047,63
Energia (kJ)	8613,77
Białko ogółem (g)	85,04
Tłuszcz (g)	77,38
Węglowodany ogółem (g)	207,58
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	14,1
Sacharoza (g)	1,6
Błonnik pokarmowy (g)	28,14
Sól (g)	24,54

Symbol analizy: MAJ11

Jadłospis na dzień: 2026.05.17

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	Masło ekstra	10
	Sałata	20
	Bułka pszenna zwykła	60
	Chleb pszenny	70
	Pomidor	80
	Serek twarogowy	120
	Herbata czarna b/c	250
obiad	Kotlet schabowy	100
	Ziemniaki z wody	200
	Rosół z makaronem	300
	Surówka wielowarzywna	150
	Kompot	250
podwieczorek	Ser	20
	Kefir	200
kolacja	Tłuszcz 60%	10
	Szynka z piersi kurczaka	70
	Sałata zielona z pomidorem,ogórkiem i olejem	100
	Herbata czarna b/c	250

Alergeny

Chleb mieszany, z płatkami owsianymi(), Kefir, 2% tłuszczu(), Ser typu "Feta"(), Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy(),

Energia (kcal)	1821
Energia (kJ)	7678,18
Białko ogółem (g)	103,1
Tłuszcz (g)	54,19
Węglowodany ogółem (g)	221,39
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,12
Sacharoza (g)	2,23
Błonnik pokarmowy (g)	63,22
Sól (g)	22,32

Symbol analizy: MAJ11

Jadłospis na dzień: 2026.05.18

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	Masło ekstra	10
	Bułka zwykła	60
	Ser twarogowy	60
	Chleb pszenny	70
	Szynka kanapkowa	70
	Pomidor	100
	Płatki owsiane na mleku	300
	Herbata czarna b/c	250
obiad	Ziemniaki z wody	200
	Pomidorowa z ryżem	300
	Surówka z marchewki i jabłek	150
	Kompot	250
	Klopsik gotowany z sosem pomidorowym	170
podwieczorek	Tłuszcz 60%	10
	Szynka wieprzowa	70
	Serek twarogowy ziarnisty	200
	Pasta jajeczna	120
kolacja	Herbata czarna b/c	
	Chleb mieszany	100
	Papryka czerwona	100

Alergeny

Chleb mieszany, z płatkami owsianymi(), Jaja kurze całe(), Ser twarogowy półtłusty(), Serek twarogowy, ziarnisty(),

Energia (kcal)	3734,35
Energia (kJ)	15557,39
Białko ogółem (g)	115,15
Tłuszcz (g)	257,52
Węglowodany ogółem (g)	228,89
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	20,88
Sacharoza (g)	2,42
Błonnik pokarmowy (g)	90,05
Sól (g)	166,36

Symbol analizy: MAJ11

Jadłospis na dzień: 2026.05.19

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	Dżem	10
	Bułka zwykła	60
	Szynka delikatesowa z kurczaka	60
	Chleb pszenny	70
	Pomidor	100
	Biała kawa	250
	Herbata czarna b/c	250
obiad	Surówka z kwaszonej kapusty	100
	Kasza gryczana	200
	Kefir	200
	Zupa grochowa	300
	Kompot	250
	Gulasz mięsny	160
podwieczorek	Kefir	200
kolacja	Tłuszcz 60%	10
	Salata	20
	Pasztet rybny	60
	Pomidor	80
	Chleb mieszany	100
	Herbata czarna b/c	250

Alergeny
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi(), Kefir, 2% tłuszczu(), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu(), Ser, gouda tłusty(),

Energia (kcal)	1893,62
Energia (kJ)	7974,43
Białko ogółem (g)	96,86
Tłuszcz (g)	61,93
Węglowodany ogółem (g)	232,93
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	19,27
Sacharoza (g)	2,18
Błonnik pokarmowy (g)	36,27
Sól (g)	25,6

Symbol analizy: MAJ11

Jadłospis na dzień: 2026.05.20

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	Masło ekstra	10
	Ser twarogowy	50
	Bułka zwykła	60
	Chleb pszenny	70
	Szynka kanapkowa	70
	Pomidor	100
	Płatki owsiane na mleku	300
	Herbata czarna b/c	250
obiad	Ziemniaki gotowane z wody	200
	Zupa kapuśniak	300
	Kompot	250
	Sztuka mięsa w warzywach	180
podwieczorek	Jogurt naturalny	180
kolacja	Tłuszcz 60%	10
	Pieczeń rzymska	60
	Jajko gotowane	35
	Chleb mieszany	100
	Salata zielona z pomidor, ogórkiem ,olejem	100
	Herbata czarna b/c	250

Alergeny
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi(), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu(), Ser twarogowy półtłusty(),

Energia (kcal)	1815,8
Energia (kJ)	7646,59
Białko ogółem (g)	99,15
Tłuszcz (g)	56,36
Węglowodany ogółem (g)	226,19
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,09
Sacharoza (g)	2,38
Błonnik pokarmowy (g)	51
Sól (g)	24,42