

JADŁOSPIS

Szpital MSWiA Złocieniec

31.03.2026 - 09.04.2026



31.03.2026 (wtorek)

► 08:30 Śniadanie

Owsianka na mleku

1 porcja

- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)
- Płatki owsiane - 2 i 1/2 łyżki (25g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Ogórki kiszzone

3/4 sztuki (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Pasta z ciecierzycy

1 porcja

- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Pietruszka, liście - 3/4 łyżeczki (5g)
- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Ciecierzycza bez zalewy, puszka - 1/3 puszki (80g)



Sposób
przygotowania:

Twarożek ze szczypiorkiem

1 porcja

- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Ser twarogowy, chudy - 1 i 2/3 plastra (50g)



Sposób
przygotowania:

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

owsianka na mleku (1,6,7,8,11,12)
chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
twarożek ze szczypiorkiem (7)
pasta z ciecierzycy (1,9,10)

► 12:30 Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym

1 porcja

- Koncentrat pomidorowy 30% - 1 i 1/3 łyżeczki (20g)
- Makaron pełnoziarnisty - 1/3 szklanki (40g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

Bitka drobiowa

1 porcja

- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 1/2 sztuki (100g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)



Sposób
przygotowania:

Duszenie.



Mizeria

1 porcja

- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1 łyżka (20g)
- Ogórek - 2/3 sztuki (100g)



Sposób
przygotowania:

Woda

3/4 szklanki (200ml)

zupa pomidorowa z makaronem (1,3,6,8,9)
bitka drobiowa (1)
mizeria (7)

► 15:30 Podwieczorek

Pomarańcza

1/3 sztuki (120g)

Orzechy nerkowca

1/3 garści (15g)

Alergeny:
orzechy nerkowca (8)

► 18:30 Kolacja

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Szynka z indyka

3 i 1/3 plastra (50g)

Ser mozzarella light

2 i 1/2 plastra (50g)

Salata

1/8 sztuki (15g)

Papryka czerwona

1/5 sztuki (50g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:
chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
szynka z indyka (1,3,6,7,9,10,12)
ser mozzarella light (7)

► 21:00 Przekąska

Mleko spożywcze, 2% tłuszczu

3/4 szklanki (200ml)

Rzodkiewka

3 i 1/3 sztuki (50g)

Alergeny:
mleko spożywcze, 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	1974 kcal
Tłuszcz:	56.89 g
Glukoza:	8.9 g
Sacharoza:	18.55 g
Błonnik pokarmowy:	40.2 g
Sód:	2642.45 mg

Białko ogółem:	110.06 g
Węglowodany ogółem:	274.11 g
Fruktoza:	9.43 g
Laktoza:	22.02 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	14.68 g
Sól:	3.67 g



01.04.2026 (środa)

► 08:30 Śniadanie

Płatki gryczane na mleku

1 porcja

- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)
- Płatki gryczane - 3 i 1/4 łyżki (25g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Sałatka grecka

1 porcja

- Ogórek - 1/4 sztuki (50g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Pomidor - 1/2 sztuki (80g)
- Ser typu feta light, 30% tłuszczu - 1/8 sztuki (10g)
- Mix sałat - 1/3 garści (10g)



Sposób
przygotowania:

Serek wiejski

3 łyżki (60g)

Rzodkiewka

2 i 2/3 sztuki (40g)

Papryka czerwona

1/5 sztuki (50g)

Schab pieczony

1 porcja

- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/4 porcji (70g)



Sposób
przygotowania:

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Alergeny:

płatki gryczane na mleku (1,6,7,8,10,11,13)

chleb żytni (1,6,7,8,11)

miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

sałatka grecka (7)

serek wiejski (7)

► 12:30 Obiad

Zupa jarzynowa

1 porcja

- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)
- Mieszanka warzyw - (70g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Klops pieczony

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Bułka pszenna zwykła - 1/7 sztuki (10g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g)



Sposób
przygotowania:

Pieczenie.



Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

Mizeria

1 porcja

- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1 łyżka (20g)
- Ogórek - 2/3 sztuki (100g)



Sposób
przygotowania:

Woda

3/4 szklanki (200ml)

zupa jarzynowa (1,6,7,9,10)
klops pieczony (1,3,6,7,8,11)
mizeria (7)

► 15:30 Podwieczorek

Gruszka

1 sztuka (130g)

Orzechy włoskie

1/2 garści (15g)

Alergeny:
orzechy włoskie (8)

► 18:30 Kolacja

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Polędwica sopocka

4 i 1/4 plastra (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Ogórek

2/3 sztuki (100g)

Pasta rybna

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Szczypiorek - 1 łyżka (5g)
- Śledź w oleju - 3/4 sztuki (50g)
- Majonez - 1/5 łyżki (5g)
- Musztarda - 1/5 łyżeczki (2g)



Sposób
przygotowania:

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:
pasta rybna (1,3,4,6,8,10,12)
chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
polędwica sopocka (1,3,6,7,9,10,12)

► 21:00 Przekąska

Mleko spożywcze, 2% tłuszczu

3/4 szklanki (200ml)



Pomidor koktajlowy

2 i 1/2 sztuki (50g)

Alergeny:
mleko spożywcze, 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2370 kcal	Białko ogółem:	121.94 g
Tłuszcz:	91.25 g	Węglowodany ogółem:	283.71 g
Glukoza:	9.89 g	Fruktoza:	15.81 g
Sacharoza:	16.19 g	Laktoza:	20.25 g
Błonnik pokarmowy:	34.44 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	23.15 g
Sód:	2227.25 mg	Sól:	4.69 g



02.04.2026 (czwartek)

► 08:30 Śniadanie

Zacierka orkiszowa na mleku

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/8 sztuki (5g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)
- Mąka orkiszowa - 1 i 1/3 łyżki (20g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Chleb żytni	2 kromki (60g)
Miód pszczeli	1 łyżka (25g)
Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Bułki grahamki	3/4 sztuki (80g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)

Alergeny:

zacierka orkiszowa na mleku (1,6,7,8,9,11)

chleb żytni (1,6,7,8,11)

miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

szynka z piersi kurczaka (1,3,6,7,9,10,12)

bułka grahamka (1,3,7,8,9,10,11)

► 12:30 Obiad

Zupa fasolowa

1 porcja

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Fasola biała, nasiona suche - 1/4 szklanki (50g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 1 sztuka (100g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym

1 porcja

- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 1/2 sztuki (100g)
- Szpinak - 3/4 garści (20g)
- Śmietana 12% tłuszczu - 1/4 łyżki (5g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)



Sposób
przygotowania:

Pieczenie.

Kasza gryczana	2/3 woreczka (70g)
Kalafior, gotowany w wodzie	1/8 porcji (100g)
Kompot wieloowocowy	1 porcja



- Owoce leśne, mrożone - 1/3 szklanki (70g)
- Woda - 3/4 szklanki (200ml)



Sposób
przygotowania:

zupa fasolowa (9)
pierś z kurczaka w sosie śmietanowym (1,7)
kasza gryczana (1,6,8,9,10,11,12,13)

► 15:30 Podwieczorek

Sok warzywno-owocowy 1 i 1/3 szklanki (330ml)

Dynia, pestki, łuskane 1 i 1/2 łyżki (15g)

Alergeny:
sok warzywno-owocowy (9)

► 18:30 Kolacja

Chleb żytni 3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu 2 łyżeczki (10g)

Jaja gotowane 1 sztuka (50g)

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

Ogórki konserwowe 10 sztuk (100g)

Serek grani z rzodkiewką 1 porcja

- Rzodkiewka - 3 i 1/3 sztuki (50g)
- Serek wiejski - 3 łyżki (60g)



Sposób
przygotowania:

Herbata czarna, napar bez cukru 3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:
chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
jaja gotowane (3)
serek grani z rzodkiewką (7)

► 21:00 Przekąska

Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 3/4 szklanki (200ml)

Marchew 1 sztuka (50g)

Alergeny:
mleko spożywcze, 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2346 kcal
Tłuszcz:	54.39 g
Glukoza:	6.67 g
Sacharoza:	20.54 g
Błonnik pokarmowy:	43.8 g
Sód:	2648.15 mg

Białko ogółem:	118.07 g
Węglowodany ogółem:	367.8 g
Fruktoza:	6.65 g
Laktoza:	19 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.34 g
Sól:	5.88 g



03.04.2026 (piątek)

► 08:30 Śniadanie

Makaron na mleku

1 porcja

- Makaron pełnoziarnisty - 1/4 szklanki (25g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Pasta rybna z jajkiem

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Szczypiorek - 1 łyżka (5g)
- Śledź w oleju - 3/4 sztuki (50g)
- Majonez - 1/5 łyżki (5g)
- Musztarda - 1/5 łyżeczki (2g)



Sposób
przygotowania:

Serek wiejski

3 łyżki (60g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Ogórki kiszone

3/4 sztuki (50g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Alergeny:

makaron na mleku (1,3,6,7,8)

chleb żytni (1,6,7,8,11)

miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

pasta rybna z jajkiem (1,3,4,6,8,10,12)

serek wiejski (7)

► 12:30 Obiad

Krem z białych warzyw

1 porcja

- Dynia, pestki, łuskane - 1 łyżka (10g)
- Kalafior - 1/4 porcji (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Pietruszka, korzeń - 1/4 sztuki (20g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Ryba w jarzynach

1 porcja

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Filet z mintaja, mrożony - 2/3 sztuki (100g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Marchew - 1/3 sztuki (20g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (20g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)



Sposób
przygotowania:

Pieczenie z funkcją pary.

Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)



Surówka z kapusty kiszzonej

1 porcja

- Cebula - 1/4 sztuki (30g)
- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Kapusta kiszona - 1 szklanka (100g)



Sposób
przygotowania:

Woda

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

krem z białych warzyw (1,7,9)
ryba w jarzynach (1,4,9)

► 15:30 Podwieczorek

Gruszka

1 sztuka (130g)

Orzechy włoskie

1/2 garści (15g)

Alergeny:

orzechy włoskie (8)

► 18:30 Kolacja

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Szynka z indyka

3 i 1/3 plastra (50g)

Salata

1/8 sztuki (15g)

Salatka z brokułem

1 porcja

- Brokuły - 1/5 sztuki (100g)
- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 2 łyżki (40g)
- Pomidor - 1/2 sztuki (80g)
- Ser mozzarella light - 1 plaster (20g)



Sposób
przygotowania:

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
szynka z indyka (1,3,6,7,9,10,12)
salatka z brokułem (7)

► 21:00 Przekąska

Mleko spożywcze, 2% tłuszczu

3/4 szklanki (200ml)

Rzodkiewka

3 i 1/3 sztuki (50g)



Alergeny:
mleko spożywcze, 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2205 kcal	Białko ogółem:	95.57 g
Tłuszcz:	79.17 g	Węglowodany ogółem:	297.01 g
Glukoza:	9.55 g	Fruktoza:	15.18 g
Sacharoza:	18.64 g	Laktoza:	20.79 g
Błonnik pokarmowy:	44.82 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.87 g
Sód:	2831.05 mg	Sól:	4.34 g



04.04.2026 (sobota)

► 08:30 Śniadanie

Kasza jaglana na mleku

1 porcja

- Kasza jaglana - 1/4 woreczka (25g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Smalec z białej fasoli

1 porcja

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Fasola biała, w puszcze - 2 i 1/2 łyżki (50g)
- Jabłko - 1/8 sztuki (20g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Majeranek, suszony - 1/3 łyżeczki (1g)



Sposób
przygotowania:

Kielbasa żywiecka

12 i 1/2 plastra (50g)

Ogórek

2/3 sztuki (100g)

Roszpinka

1/3 garści (10g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Alergeny:

kasza jaglana na mleku (1,6,8,9,11)

chleb żytni (1,6,7,8,11)

miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

smalec z białej fasoli (1,9)

kielbasa żywiecka (1,3,6,7,9,10)

► 12:30 Obiad

Zupa ogórkowa

1 porcja

- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Ogórki kiszone - 2/3 sztuki (40g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Spaghetti

1 porcja

- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Makaron pełnoziarnisty - 3/4 szklanki (80g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g)
- Ser mozzarella light - 1/2 plastra (10g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)



Sposób
przygotowania:

Krótkie obsmażanie/ duszenie.

Surówka z pora

1 porcja



- Jabłko - 1/8 sztuki (20g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Por - 3/4 sztuki (100g)



Sposób
przygotowania:

Kompot wieloowocowy

1 porcja

- Owoce leśne, mrożone - 1/3 szklanki (70g)
- Woda - 3/4 szklanki (200ml)



Sposób
przygotowania:

Alergeny:

zupa ogórkowa (7,9)
spaghetti (1,3,6,7,8)
surówka z pora (7)

► 15:30 Podwieczorek

Sok warzywno-owocowy

1 i 1/3 szklanki (330ml)

Orzechy nerkowca

1/3 garści (15g)

Alergeny:

orzechy nerkowca (8)
sok warzywno-owocowy (9)

► 18:30 Kolacja

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Twarożek ze szczypiorkiem

1 porcja

- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Ser twarogowy, chudy - 1 i 2/3 plastra (50g)



Sposób
przygotowania:

Szynka z piersi kurczaka

3 i 1/3 plastra (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Papryka czerwona

1/5 sztuki (50g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
szynka z piersi kurczaka (1,3,6,7,9,10,12)
twarożek ze szczypiorkiem (7)



► 21:00 Przekąska

Mleko spożywcze, 2% tłuszczu

3/4 szklanki (200ml)

Marchew

1 sztuka (50g)

Alergeny:
mleko spożywcze, 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2454 kcal	Białko ogółem:	121.47 g
Tłuszcz:	76.39 g	Węglowodany ogółem:	337.98 g
Glukoza:	7.45 g	Fruktoza:	9.05 g
Sacharoza:	16.13 g	Laktoza:	21.7 g
Błonnik pokarmowy:	41.41 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	20.5 g
Sód:	2898.62 mg	Sól:	5.2 g



05.04.2026 (niedziela)

► 08:30 Śniadanie

Chleb żytni	3 i 1/3 kromki (100g)
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	7 i 1/2 łyżki (150g)
Kiełbasa biała, parzona	3/4 sztuki (100g)
Jaja gotowane	1 sztuka (50g)
Szynka kanapkowa	3 i 1/3 plastra (50g)
Ćwikła	1 łyżka (25g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Jabłko	1 sztuka (170g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
żurek	1 porcja

- Marchew - 1/3 sztuki (15g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (7ml)
- Ocet spirytusowy - 1/3 łyżki (2ml)
- Por - 1/8 sztuki (10g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (15g)
- Ziemniaki, późne - 1 sztuka (100g)
- Żurek na naturalnym zakwasie, karton Krakus Familijny - 1/8 porcji (5g)
- Porcja rosółowa (drób) - (20g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
-------------------------------------	------------------

Alergeny:

chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
jogurt naturalny (7)
jaja gotowane (3)
kiełbasa biała, parzona (1,6,9,10,12)
szynka kanapkowa (1,6,7,9,10)
ćwikła (3,7,8,9,10,11,12)
żurek (1,3,6,7,9,10)

► 12:30 Obiad

Rosół	1 porcja
• Makaron dwujajeczny - 1/2 szklanki (40g) • Marchew - 2/3 sztuki (30g) • Por - 1/7 sztuki (20g) • Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g) • Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g) • Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 1 sztuka (100g)	



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Kurczak w sosie śmietanowym	1 porcja
-----------------------------	----------



- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 1/2 sztuki (100g)
- Śmietana 12% tłuszczu - 2/3 łyżki (10g)



Sposób
przygotowania:

Duszenie.

Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

Marchew gotowana

1 porcja

- Marchew - 2 i 1/4 sztuki (100g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Kompot wieloowocowy

1 porcja

- Owoce leśne, mrożone - 1/3 szklanki (70g)
- Woda - 3/4 szklanki (200ml)



Sposób
przygotowania:

Alergeny:
rosół (1,3,6,7,8)
kurczak w sosie śmietanowym (7)

► 15:30 Podwieczorek

Orzechy włoskie

1/2 garści (15g)

Pomarańcza

1/3 sztuki (120g)

Alergeny:
orzechy włoskie (8)

► 18:30 Kolacja

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Twarożek ze szczypiorkiem

1 porcja

- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Ser twarogowy, chudy - 1 i 2/3 plastra (50g)



Sposób
przygotowania:

Szynka z indyka

3 i 1/3 plastra (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Ogórek

2/3 sztuki (100g)

Pasta z kurczaka i marchewki

1 porcja

- Marchew - 1/5 sztuki (10g)
- Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 1/3 sztuki (40g)



Sposób
przygotowania:

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)



Alergeny:
chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
szynka z indyka (1,3,6,7,9,10,12)
twarożek ze szczypiorkiem (7)

► 21:00 Przekąska

Mleko spożywcze, 2% tłuszczu

3/4 szklanki (200ml)

Rzodkiewka

3 i 1/3 sztuki (50g)

Alergeny:
mleko spożywcze, 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2586 kcal	Białko ogółem:	134.71 g
Tłuszcz:	83.63 g	Węglowodany ogółem:	329.69 g
Glukoza:	12.86 g	Fruktoza:	18.72 g
Sacharoza:	28.07 g	Laktoza:	16.79 g
Błonnik pokarmowy:	40.97 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	26.72 g
Sód:	3508.89 mg	Sól:	5.69 g



06.04.2026 (poniedziałek)

► 08:30 Śniadanie

Owsianka na mleku

1 porcja

- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)
- Płatki owsiane - 2 i 1/2 łyżki (25g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Twarożek ze szczypiorkiem

1 porcja

- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Ser twarogowy, chudy - 1 i 2/3 plastra (50g)



Sposób
przygotowania:

Schab pieczony

1 porcja

- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/4 porcji (70g)



Sposób
przygotowania:

Ćwikła

1 łyżka (25g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Jabłko

1 sztuka (170g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Alergeny:

owsianka na mleku (1,6,7,8,11,12)
chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
ćwikła (3,7,8,9,10,11,12)
twarożek ze szczypiorkiem (7)

► 12:30 Obiad

Kwaśnica

1 porcja

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)
- Kapusta kiszona - 1/2 szklanki (50g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Klopsiki w sosie chrzanowym

1 porcja



- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Bułka pszenna zwykła - 1/7 sztuki (10g)
- Cebula - 1/4 sztuki (30g)
- Chrzan - 1 i 1/2 łyżeczki (15g)
- Śmietana 12% tłuszczu - 2/3 łyżki (10g)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g)



Sposób
przygotowania:

Pieczenie z funkcją parowania.

Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

Surówka z kapusty

1 porcja

- Szczypiorek - 1 łyżka (5g)
- Jabłko - 1/6 sztuki (30g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Kapusta biała - 1/8 sztuki (100g)
- Marchew - 1/3 sztuki (20g)



Sposób
przygotowania:

Kompot wieloowocowy

1 porcja

- Owoce leśne, mrożone - 1/3 szklanki (70g)
- Woda - 3/4 szklanki (200ml)



Sposób
przygotowania:

Alergeny:

kwaśnica (1,9)

klopsiki w sosie chrzanowym (1,3,6,7,8,10,11,12,13)

surówka z kapusty (7)

► 15:30 Podwieczorek

Banan

1 sztuka (120g)

Orzechy włoskie

1/2 garści (15g)

Alergeny:

orzechy włoskie (8)

► 18:30 Kolacja

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Szynka z piersi kurczaka

3 i 1/3 plastra (50g)

Ćwikła

1 łyżka (25g)

Ogórki konserwowe

10 sztuk (100g)

Salatka jarzynowa

1 porcja

- Marchew - 1/3 sztuki (20g)
- Musztarda - 1/5 łyżeczki (2g)
- Ogórki konserwowe - 1 i 1/2 sztuki (15g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (20g)
- Ziemniaki, późne - 1 sztuka (100g)
- Ogórki kiszane - 1/4 sztuki (15g)
- Majonez light - 1/3 łyżki (10g)



Sposób
przygotowania:



Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

chleb żytni (1,6,7,8,11)

miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

szynka z piersi kurczaka (1,3,6,7,9,10,12)

ćwikła (3,7,8,9,10,11,12)

sałatka jarzynowa (1,3,6,7,8,10,12)

► **21:00 Przekąska**

Mleko spożywcze, 2% tłuszczu

3/4 szklanki (200ml)

Marchew

1 sztuka (50g)

Alergeny:

mleko spożywcze, 2% tłuszczu (7)



**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2421 kcal	Białko ogółem:	121.37 g
Tłuszcz:	63.51 g	Węglowodany ogółem:	364.43 g
Glukoza:	16.89 g	Fruktoza:	22.19 g
Sacharoza:	46.09 g	Laktoza:	21.38 g
Błonnik pokarmowy:	47.42 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.17 g
Sód:	2569.5 mg	Sól:	5.76 g



07.04.2026 (wtorek)

► 08:30 Śniadanie

Płatki jęczmienne na mleku

1 porcja

- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)
- Płatki jęczmienne - 2 i 1/2 łyżki (25g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Chleb żytni 3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu 2 łyżeczki (10g)

Szynka z indyka 3 i 1/3 plastra (50g)

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

Ogórki kiszone 3/4 sztuki (50g)

Pasta jajeczna 1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1 sztuka (50g)
- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Majonez light - 1/5 łyżki (5g)



Sposób
przygotowania:

Herbata czarna, napar bez cukru 3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

płatki jęczmienne na mleku (1,6,7,8,9,11,12)

chleb żytni (1,6,7,8,11)

miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

szynka z indyka (1,3,6,7,9,10,12)

pasta jajeczna (1,3,6,10)

► 12:30 Obiad

Zupa kalafiorowa

1 porcja

- Kalafior - 1/3 porcji (70g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Gulasz węgierski z indyka 1 porcja

- Indyk, tuszka - 1/8 sztuki (100g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Ogórki konserwowe - 3 sztuki (30g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Śmietana 12% tłuszczu - 1/4 łyżki (5g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)



Sposób
przygotowania:

Duszenie/ Pieczenie z funkcją parowania.

Kasza jęczmienna, perłowa 2/3 woreczka (70g)

Fasolka szparagowa, mrożona 1/4 opakowania (100g)



Woda

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

zupa kalafiorowa (7,9)
gulasz węgierski (1,7)
kasza jęczmienna (1,6,8,11)
fasolka szparagowa (1,6,9)

► 15:30 Podwieczorek

Sok warzywno-owocowy

1 i 1/3 szklanki (330ml)

Orzechy nerkowca

1/3 garści (15g)

Alergeny:

orzechy nerkowca (8)
sok warzywno-owocowy (9)

► 18:30 Kolacja

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Serek wiejski

3 łyżki (60g)

Salatka wiosenna

1 porcja

- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Papryka czerwona - 1/7 sztuki (30g)
- Pomidor - 1/6 sztuki (30g)
- Rzodkiewka - 1 i 1/3 sztuki (20g)



Sposób
przygotowania:

Schab pieczony

1 porcja

- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/4 porcji (70g)



Sposób
przygotowania:

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
serek wiejski (7)

► 21:00 Przekąska

Mleko spożywcze, 2% tłuszczu

3/4 szklanki (200ml)

Marchew

1 sztuka (50g)



Alergeny:
mleko spożywcze, 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2340 kcal	Białko ogółem:	109.27 g
Tłuszcz:	77.04 g	Węglowodany ogółem:	321.92 g
Glukoza:	6.21 g	Fruktoza:	6.67 g
Sacharoza:	16.33 g	Laktoza:	19.71 g
Błonnik pokarmowy:	37.11 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	21.49 g
Sód:	2827.15 mg	Sól:	4.72 g



08.04.2026 (środa)

► 08:30 Śniadanie

Makaron na mleku

1 porcja

- Makaron pełnoziarnisty - 1/4 szklanki (25g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Szynka z piersi kurczaka

3 i 1/3 plastra (50g)

Roszonka

2/3 garści (15g)

Ogórek

2/3 sztuki (100g)

Salatka Caprese

1 porcja

- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Pietruszka, liście - 1 łyżeczka (6g)
- Pomidor - 1/2 sztuki (80g)
- Ser mozzarella light - 2 i 1/2 plastra (50g)



Sposób
przygotowania:

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

makaron na mleku (1,3,6,7,8)

chleb żytni (1,6,7,8,11)

miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

szynka z piersi kurczaka (1,3,6,7,9,10,12)

salatka Caprese (7)

► 12:30 Obiad

Zupa z soczewicy

1 porcja

- Soczewica czerwona, nasiona suche - 1/4 szklanki (50g)
- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 1 sztuka (100g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Gołąbki z farszem szpinakowym

1 porcja

- Kasza jęczmienna, perłowa - 1/2 woreczka (50g)
- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Kapusta biała - 1/8 sztuki (150g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Olej rzepakowy - 1 łyżka (10ml)
- Szpinak - 2 garście (50g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)



Sposób
przygotowania:

Pieczenie z funkcją pary.

Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)



Woda

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

zupa z soczewicy (9)

gołąbki z farszem szpinakowym (1,6,7,8,11)

► 15:30 Podwieczorek

Banan

1 sztuka (120g)

Orzechy włoskie

1/2 garści (15g)

Alergeny:

orzechy włoskie (8)

► 18:30 Kolacja

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Szynka z indyka

3 i 1/3 plastra (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Salata

1/8 sztuki (15g)

Twarożek ze szczypiorkiem

1 porcja

- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Ser twarogowy, chudy - 1 i 2/3 plastra (50g)



Sposób
przygotowania:

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

chleb żytni (1,6,7,8,11)

miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

szynka z indyka (1,3,6,7,9,10,12)

twarożek ze szczypiorkiem (7)

► 21:00 Przekąska

Mleko spożywcze, 2% tłuszczu

3/4 szklanki (200ml)

Rzodkiewka

3 i 1/3 sztuki (50g)

Alergeny:

mleko spożywcze, 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2300 kcal
Tłuszcz:	67.01 g
Glukoza:	14.56 g
Sacharoza:	28.8 g
Błonnik pokarmowy:	45.69 g
Sód:	2290.84 mg

Białko ogółem:	109.24 g
Węglowodany ogółem:	337.87 g
Fruktoza:	13.42 g
Laktoza:	21.38 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	14.88 g
Sól:	4.81 g



09.04.2026 (czwartek)

► 08:30 Śniadanie

Płatki gryczane na mleku

1 porcja

- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)
- Płatki gryczane - 3 i 1/4 łyżki (25g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Chleb żytni

3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Serek wiejski

3 łyżki (60g)

Papryka czerwona

1/5 sztuki (50g)

Salatka z ciecierzycą

1 porcja

- Ogórek - 1/4 sztuki (50g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Pietruszka, liście - 1/3 łyżeczki (2g)
- Pomidor - 1/2 sztuki (80g)
- Ser typu feta light, 30% tłuszczu - 1/8 sztuki (15g)
- Ciecierzycza bez zalewy, puszka - 1/5 puszki (50g)



Sposób
przygotowania:

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

płatki gryczane na mleku (1,6,7,8,10,11,13)
chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
serek wiejski (7)
sałatka z ciecierzycą (1,9,10)

► 12:30 Obiad

Zupa ziemniaczana

1 porcja

- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Pulpety w sosie koperkowym

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Bułka pszenna zwykła - 1/7 sztuki (10g)
- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Koper ogrodowy - 1/2 łyżeczki (2g)
- Śmietana 12% tłuszczu - 1/4 łyżki (5g)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)



Sposób
przygotowania:

Duszenie.

Kasza gryczana

2/3 woreczka (70g)

Bukiet warzyw, kwiatowy Hortex

1/5 opakowania (100g)

Woda

3/4 szklanki (200ml)



Alergeny:

zupa ziemniaczana (7,9)

pulpety w sosie koperkowym (1,3,6,7,8,10,11,13)

kasza gryczana (1,6,8,9,10,11,12,13)

► **15:30 Podwieczorek**

Jabłko 1 sztuka (170g)

Dynia, pestki, łuskane 1 i 1/2 łyżki (15g)

► **18:30 Kolacja**

Chleb żytni 3 i 1/3 kromki (100g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu 2 łyżeczki (10g)

Jaja gotowane 1 sztuka (50g)

Szynka z indyka 3 i 1/3 plastra (50g)

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

Ogórki kiszone 3/4 sztuki (50g)

Herbata czarna, napar bez cukru 3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

chleb żytni (1,6,7,8,11)

miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

szynka z indyka (1,3,6,7,9,10,12)

jaja gotowane (3)

► **21:00 Przekąska**

Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 3/4 szklanki (200ml)

Marchew 1 sztuka (50g)

Alergeny:

mleko spożywcze, 2% tłuszczu (7)



**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2215 kcal	Białko ogółem:	110.65 g
Tłuszcz:	66.7 g	Węglowodany ogółem:	312.96 g
Glukoza:	9.03 g	Fruktoza:	15.13 g
Sacharoza:	18.56 g	Laktoza:	19.86 g
Błonnik pokarmowy:	40.69 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	21.25 g
Sód:	2712.27 mg	Sól:	4 g

wtorek (2026-03-31)	środa (2026-04-01)	czwartek (2026-04-02)	piątek (2026-04-03)	sobota (2026-04-04)	niedziela (2026-04-05)	poniedziałek (2026-04-06)
08:30 Śniadanie	08:30 Śniadanie	08:30 Śniadanie	08:30 Śniadanie	08:30 Śniadanie	08:30 Śniadanie	08:30 Śniadanie
Owsianka na mleku Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Ogórki kiszzone Pomidor Pasta z ciecierzycy Twarożek ze szczypiorkiem Herbata czarna, napar bez cukru	Płatki gryczane na mleku Chleb żytni Sałatka grecka Serek wiejski Rzodkiewka Papryka czerwona Schab pieczony Herbata czarna, napar bez cukru Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	Zacierka orkiszowa na mleku Chleb żytni Miod pszczeli Szynka z piersi kurczaka Pomidor Papryka czerwona Bułki grahamki Herbata czarna, napar bez cukru Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	Makaron na mleku Chleb żytni Pasta rybna z jajkiem Serek wiejski Pomidor Ogórki kiszzone Herbata czarna, napar bez cukru Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	Kasza jaglana na mleku Chleb żytni Smalec z białej fasoli Kielbasa żywiecka Ogórek Roszponka Herbata czarna, napar bez cukru Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	Chleb żytni Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Kielbasa biała, parzona Jaja gotowane Szynka kanapkowa Cwikła Pomidor Jabłko Herbata czarna, napar bez cukru żurek Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	Owsianka na mleku Chleb żytni Twarożek ze szczypiorkiem Schab pieczony Cwikła Pomidor Jabłko Herbata czarna, napar bez cukru Miks tłuszczowy do smarowania Finuu
12:30 Obiad	12:30 Obiad	12:30 Obiad	12:30 Obiad	12:30 Obiad	12:30 Obiad	12:30 Obiad
Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym Ziemniaki, gotowane w wodzie Bitka drobiowa Mizeria Woda	Zupa jarzynowa Klops pieczony Ziemniaki, gotowane w wodzie Mizeria Woda	Zupa fasolowa Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym Kasza gryczana Kalafior, gotowany w wodzie Kompot wieloowocowy	Krem z białych warzyw Ryba w jarzynach Ziemniaki, gotowane w wodzie Surówka z kapusty kiszzonej Woda	Zupa ogórkowa Spaghetti Surówka z pora Kompot wieloowocowy	Rosół Kurczak w sosie śmietanowym Ziemniaki, gotowane w wodzie Marchew gotowana Kompot wieloowocowy	Kwaśnica Klopsiki w sosie chrzanowym Ziemniaki, gotowane w wodzie Surówka z kapusty Kompot wieloowocowy
15:30 Podwieczorek	15:30 Podwieczorek	15:30 Podwieczorek	15:30 Podwieczorek	15:30 Podwieczorek	15:30 Podwieczorek	15:30 Podwieczorek
Pomarańcza Orzechy nerkowca	Gruszka Orzechy włoskie	Sok warzywno-owocowy Dynia, pestki, luskane	Gruszka Orzechy włoskie	Sok warzywno-owocowy Orzechy nerkowca	Orzechy włoskie Pomarańcza	Banan Orzechy włoskie
18:30 Kolacja	18:30 Kolacja	18:30 Kolacja	18:30 Kolacja	18:30 Kolacja	18:30 Kolacja	18:30 Kolacja
Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Szynka z indyka Ser mozzarella light Sałata Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Polędwica sopocka Pomidor Ogórek Pasta rybna Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Jaja gotowane Pomidor Ogórki konserwowe Serek grani z rzodkiewką Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Szynka z indyka Sałata Sałatka z brokułem Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Twarożek ze szczypiorkiem Szynka z piersi kurczaka Pomidor Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Twarożek ze szczypiorkiem Szynka z indyka Pomidor Ogórek Pasta z kurczaka i marchewki Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Szynka z piersi kurczaka Cwikła Ogórki konserwowe Sałatka jarzynowa Herbata czarna, napar bez cukru
21:00 Przekąska	21:00 Przekąska	21:00 Przekąska	21:00 Przekąska	21:00 Przekąska	21:00 Przekąska	21:00 Przekąska
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Pomidor koktajlowy	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Marchew	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Marchew	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Marchew

wtorek (2026-04-07)	środa (2026-04-08)	czwartek (2026-04-09)
08:30 Śniadanie	08:30 Śniadanie	08:30 Śniadanie
Płatki jęczmienne na mleku Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Szynka z indyka Pomidor Ogórki kiszane Pasta jajeczna Herbata czarna, napar bez cukru	Makaron na mleku Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Szynka z piersi kurczaka Roszponka Ogórek Sałatka Caprese Herbata czarna, napar bez cukru	Płatki gryczane na mleku Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Serek wiejski Papryka czerwona Sałatka z ciecierzycą Herbata czarna, napar bez cukru
12:30 Obiad	12:30 Obiad	12:30 Obiad
Zupa kalafiorowa Gulasz węgierski z indyka Kasza jęczmienna, perłowa Fasolka szparagowa, mrożona Woda	Zupa z soczewicy Gołąbki z farszem szpinakowym Ziemniaki, gotowane w wodzie Woda	Zupa ziemniaczana Pulpety w sosie koperkowym Kasza gryczana Bukiet warzyw, kwiatowy Hortex Woda
15:30 Podwieczorek	15:30 Podwieczorek	15:30 Podwieczorek
Sok warzywno-owocowy Orzechy nerkowca	Banan Orzechy włoskie	Jabłko Dynia, pestki, łuskane
18:30 Kolacja	18:30 Kolacja	18:30 Kolacja
Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Serek wiejski Sałatka wiosenna Schab pieczony Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Szynka z indyka Pomidor Sałata Twarożek ze szczypiorkiem Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Jaja gotowane Szynka z indyka Pomidor Ogórki kiszane Herbata czarna, napar bez cukru
21:00 Przekąska	21:00 Przekąska	21:00 Przekąska
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Marchew	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu Marchew