

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 kiszone

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

Orzechy nerkowca

1/3 garści (15g)

Jabłko

1 sztuka (170g)

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)

Sałata

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:	2003 kcal	Białko ogółem:	109.66 g
Tłuszcz:	57.33 g	Węglowodany ogółem:	281.12 g
Glukoza:	9.54 g	Fruktoza:	15.61 g
Sacharoza:	17.78 g	Laktoza:	22.02 g
Błonnik pokarmowy:	41.32 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	14.73 g
Sód:	2642.25 mg	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 rosołowa (drób) - (40g)
- Mieszanka warzyw - (70g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Klops pieczony

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Bułki grahamki - 1/8 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)

Surówka z ogórka i rzodkiewki 1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Woda 3/4 szklanki (200ml)

zupa jarzynowa (1,6,7,9,10)
klops pieczony (1,3,6,7,8,11)
surówka z ogórka i rzodkiewki (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)

Poławdwa 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)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/4 łyżki (5g)
- Musztarda - 1/5 łyżeczki (2g)



Sposób
przygotowania:

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

Alergeny:
pasta rybna (1,3,4,6,7,8,10,12)
chleb żytni (1,6,7,8,11)
miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
poławdwa 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:	2342 kcal	Białko ogółem:	122.4 g
Tłuszcz:	87.67 g	Węglowodany ogółem:	284.71 g
Glukoza:	10.11 g	Fruktoza:	15.93 g
Sacharoza:	16.51 g	Laktoza:	20.41 g
Błonnik pokarmowy:	35.61 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	22.64 g
Sód:	2210.25 mg	Sól:	4.74 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)

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)

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:

Alergeny:

zacierka orkiszowa na mleku (1,3,6,7,8,9,11)

chleb żytni (1,6,7,8,11)

miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

twarożek ze szczypiorkiem (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)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (5ml)
- Szpinak - 3/4 garści (20g)
- 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)
dynia, pestki, łuskane (8)

► 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

5 sztuk (50g)

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:	2309 kcal	Białko ogółem:	128.61 g
Tłuszcz:	54.37 g	Węglowodany ogółem:	347.96 g
Glukoza:	6.74 g	Fruktoza:	6.73 g
Sacharoza:	17.97 g	Laktoza:	20.91 g
Błonnik pokarmowy:	43.95 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.31 g
Sód:	2479.15 mg	Sól:	5.45 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)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/4 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 (1,3,4,6,7,8,10,12)

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 kiszonej

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:	2174 kcal	Białko ogółem:	95.74 g
Tłuszcz:	75.53 g	Węglowodany ogółem:	297.29 g
Glukoza:	9.55 g	Fruktoza:	15.18 g
Sacharoza:	18.67 g	Laktoza:	20.95 g
Błonnik pokarmowy:	44.82 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.34 g
Sód:	2802.45 mg	Sól:	4.35 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:

Kiełbasa żywiecka

12 i 1/2 plastra (50g)

Ogórek

2/3 sztuki (100g)

Roszponka

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)

kiełbasa 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 kiszane - 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
<ul style="list-style-type: none">• Makaron pełnoziarnisty - 1/3 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)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (10ml)



Sposób
przygotowania:

Duszenie.

Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

Surówka z tartej marchewki

1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

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)

Jabłko

1 sztuka (170g)

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:	2594 kcal	Białko ogółem:	134.78 g
Tłuszcz:	83.03 g	Węglowodany ogółem:	332.68 g
Glukoza:	13.5 g	Fruktoza:	24.9 g
Sacharoza:	27.2 g	Laktoza:	16.87 g
Błonnik pokarmowy:	44.85 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	25.95 g
Sód:	3502.39 mg	Sól:	5.67 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)
- Bułki grahamki - 1/8 sztuki (10g)
- Cebula - 1/4 sztuki (30g)
- Chrzan - 1 i 1/2 łyżeczki (15g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (10ml)
- 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

Orzechy włoskie

1/2 garści (15g)

Jabłko

1 sztuka (170g)

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

5 sztuk (50g)

Sałatka jarzynowa

1 porcja

- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- 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 kiszzone - 1/4 sztuki (15g)



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:	2351 kcal	Białko ogółem:	121.25 g
Tłuszcz:	60.78 g	Węglowodany ogółem:	353.64 g
Glukoza:	14.9 g	Fruktoza:	26.81 g
Sacharoza:	34.74 g	Laktoza:	21.78 g
Błonnik pokarmowy:	49.35 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.29 g
Sód:	2310.7 mg	Sól:	5.34 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)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/4 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 (3,7)

► 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)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (5ml)
- Ogórki konserwowe - 3 sztuki (30g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- 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)

Sałátka 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:	2327 kcal	Białko ogółem:	109.5 g
Tłuszcz:	75.53 g	Węglowodany ogółem:	321.82 g
Glukoza:	6.16 g	Fruktoza:	6.61 g
Sacharoza:	16.33 g	Laktoza:	19.91 g
Błonnik pokarmowy:	37.11 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	21.08 g
Sód:	2789.2 mg	Sól:	4.73 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)

sałatka 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

Orzechy włoskie 1/2 garści (15g)

Jabłko 1 sztuka (170g)

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)

Sałata 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:	2269 kcal	Białko ogółem:	108.72 g
Tłuszcz:	67.33 g	Węglowodany ogółem:	330.24 g
Glukoza:	12.68 g	Fruktoza:	18.16 g
Sacharoza:	19.39 g	Laktoza:	21.38 g
Błonnik pokarmowy:	47.05 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	14.81 g
Sód:	2293.04 mg	Sól:	4.82 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)
- Bułki grahamki - 1/8 sztuki (10g)
- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Koper ogrodowy - 1/2 łyżeczki (2g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (5ml)
- 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 (1,3,6,7,8,1011,13)
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)

Alergeny:
dynia, pestki, łuskane (8)

► 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:	2210 kcal	Białko ogółem:	110.77 g
Tłuszcz:	66.22 g	Węglowodany ogółem:	312.85 g



Wartości odżywcze

Glukoza:	9.03 g	Fruktoza:	15.13 g
Sacharoza:	18.84 g	Laktoza:	19.9 g
Błonnik pokarmowy:	41.36 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	20.96 g
Sód:	2721.92 mg	Sól:	4.03 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 Maks 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 Szynka z piersi kurczaka Pomidor Papryka czerwona Bułki grahamki Herbata czarna, napar bez cukru Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Twarożek ze szczypiorkiem	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 Kiełbasa żywiecka Ogórek Roszponka Herbata czarna, napar bez cukru Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	Chleb żytni Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Kiełbasa 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 Surówka z ogórka i rzodkiewki 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 Surówka z tartej marchewki 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
Orzechy nerkowca Jabłko	Gruszka Orzechy włoskie	Sok warzywno-owocowy Dyń, pestki, łuskane	Gruszka Orzechy włoskie	Sok warzywno-owocowy Orzechy nerkowca	Orzechy włoskie Jabłko	Orzechy włoskie Jabłko
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	Orzechy włoskie Jabłko	Jabłko Dyńa, 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