

## Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-04-07 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA BUFETOWA

		Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-04-07 wtorek	SALATKI	Sał. z selera z żurawiną 150g 1,00 Por Sałatka z tuńczykiem 150 g. 1,00 Por		<b>Energia kc [kcal] 484,80</b> <b>Białko ogółem [g] 31,50</b> <b>Tłuszcz [g] 24,10</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 37,00</b>
	Zestaw obiadowy 1		Zupa ogórkowa z ziem. 350ml 1,00 Por Kotlet drobiowy smażony 140g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka wielowarzywna 100g 1,00 Por Buraczki zasmażane 100g 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 844,70</b> <b>Białko ogółem [g] 43,10</b> <b>Tłuszcz [g] 33,10</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 99,00</b>
	Zestaw obiadowy 2		Zupa ogórkowa z ziem. 350ml 1,00 Por Gulasz wołowy 130g 1,00 Por Kasza gryczana na sypko 150g 1,00 Por Surówka wielowarzywna 100g 1,00 Por Buraczki zasmażane 100g 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 950,20</b> <b>Białko ogółem [g] 48,00</b> <b>Tłuszcz [g] 42,70</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 99,70</b>
	Zestaw obiadowy 3		Bigos z mieszanej kapusty 300g 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 537,00</b> <b>Białko ogółem [g] 24,20</b> <b>Tłuszcz [g] 23,70</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 65,40</b>
2026-04-08 środa	SALATKI	Sałatka gospodarska 150 g 1,00 Por Sałatka Szefa kuchni 150g 1,00 Por Sałatka jarzynowa 200g. 1,00 Por		<b>Energia kc [kcal] 733,40</b> <b>Białko ogółem [g] 21,70</b> <b>Tłuszcz [g] 52,50</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 48,20</b>
	Zestaw obiadowy 1		Zupa fasolowa z makaronem 350ml 1,00 Por Zraz miel. dusz. w sosie wł. 140g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Sałatka z ogó. kisz. z ceb. 100g 1,00 Por Marchewka oprószana 100g 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 909,30</b> <b>Białko ogółem [g] 49,90</b> <b>Tłuszcz [g] 27,50</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 124,70</b>

## Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-04-07 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA BUFETOWA

		Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-04-08 środa	Zestaw obiadowy 2		Zupa fasolowa z makaronem 350ml 1,00 Por Bitki wołowe w sosie wł. 130g 1,00 Por Kasza gryczana na sypko 150g 1,00 Por Sałatka z ogó. kisz. z ceb. 100g 1,00 Por Marchewka oprószana 100g 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 914,90</b> <b>Białko ogółem [g] 58,70</b> <b>Tłuszcz [g] 23,20</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 127,50</b>
	Zestaw obiadowy 3		placek po węgiersku 400g 1,00 Por Sałatka z ogó. kisz. z ceb. 100g 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 740,90</b> <b>Białko ogółem [g] 42,50</b> <b>Tłuszcz [g] 39,60</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 55,90</b>
2026-04-09 czwartek	SALATKI	Sałatka makaronowa 150g 1,00 Por Sałatka typu włoskiego 150g 1,00 Por Sałatka jarzynowa 200g. 1,00 Por		<b>Energia kc [kcal] 910,20</b> <b>Białko ogółem [g] 31,20</b> <b>Tłuszcz [g] 63,80</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 58,90</b>
	Zestaw obiadowy 1		Żurek z ziemn. i kielbasą 350ml. 1,00 Por Sznycel 150g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z marchwi i jabłka 100g 1,00 Por Brokuł z masłem i buł. tar. 100g 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 1 013,00</b> <b>Białko ogółem [g] 46,20</b> <b>Tłuszcz [g] 43,80</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 121,00</b>
	Zestaw obiadowy 2		Żurek z ziemn. i kielbasą 350ml. 1,00 Por Pieczeń z karkówki na dziko 140g 1,00 Por Makaron do II dania 150g 1,00 Por Surówka z marchwi i jabłka 100g 1,00 Por Brokuł z masłem i buł. tar. 100g 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 1 168,50</b> <b>Białko ogółem [g] 45,10</b> <b>Tłuszcz [g] 55,00</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 135,10</b>
	Zestaw obiadowy 3		Zupa wiejska 350ml 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 314,70</b> <b>Białko ogółem [g] 5,10</b> <b>Tłuszcz [g] 17,20</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 36,60</b>

## Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-04-07 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA BUFETOWA

		Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-04-10 piątek	SALATKI	Salatka grecka 150g 1,00 Por Salatka ze śledziem 150g. 1,00 Por Salatka jarzynowa 200g. 1,00 Por		<b>Energia kc [kcal] 928,70</b> <b>Białko ogółem [g] 28,40</b> <b>Tłuszcz [g] 77,70</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 33,80</b>
	Zestaw obiadowy 1		Barszcz ukraiński 350ml. 1,00 Por Dorsz panierowany smaź. 120g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z kiszanej kapusty 100g 1,00 Por Fas. szpar z masł i b.tartą 120g 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 742,00</b> <b>Białko ogółem [g] 21,40</b> <b>Tłuszcz [g] 27,80</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 111,00</b>
	Zestaw obiadowy 2		Barszcz ukraiński 350ml. 1,00 Por Zraz wiep.dusz.zawij. piecz.160g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z kiszanej kapusty 100g 1,00 Por Fas. szpar z masł i b.tartą 120g 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 761,60</b> <b>Białko ogółem [g] 44,00</b> <b>Tłuszcz [g] 22,90</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 104,60</b>
	Zestaw obiadowy 3		Kluski Ślą. z sosem pieczar.350g 1,00 Por	<b>Energia kc [kcal] 461,10</b> <b>Białko ogółem [g] 9,40</b> <b>Tłuszcz [g] 12,90</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 79,30</b>