

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-17 KUCHNIA BUFETOWA

		Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-04-13 poniedziałek	SALAŃKI	Salatka "czerwono" 150g 1,00 Por Salatka makaronowa 150g 1,00 Por Salatka jarzynowa 200g. 1,00 Por		Energia kc [kcal] 769,90 Białko ogółem [g] 32,40 Tłuszcz [g] 47,10 Węglowodany ogółem [g] 59,50
	Zestaw obiadowy 1		Zupa pieczarkowa z makar.350ml 1,00 Por Kotlet schabowy smażony 140g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Mizeria ze śmietaną 100g 1,00 Por Buraczki zasmażane 100g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 851,50 Białko ogółem [g] 39,90 Tłuszcz [g] 34,20 Węglowodany ogółem [g] 101,10
	Zestaw obiadowy 2		Zupa pieczarkowa z makar.350ml 1,00 Por Gulasz drobiowy 130g. 1,00 Por Kasza gryczana na sypko 150g 1,00 Por Mizeria ze śmietaną 100g 1,00 Por Buraczki zasmażane 100g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 927,90 Białko ogółem [g] 50,10 Tłuszcz [g] 37,80 Węglowodany ogółem [g] 101,80
	Zestaw obiadowy 3		Naleśniki z serem 200g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 489,80 Białko ogółem [g] 29,20 Tłuszcz [g] 19,30 Węglowodany ogółem [g] 50,20
2026-04-14 wtorek	SALAŃKI	Sał. z selera z żurawiną 150g 1,00 Por Salatka z tuńczykiem 150 g. 1,00 Por Salatka jarzynowa 200g. 1,00 Por		Energia kc [kcal] 863,60 Białko ogółem [g] 42,10 Tłuszcz [g] 52,40 Węglowodany ogółem [g] 60,40
	Zestaw obiadowy 1		Rosół z makaronem 350ml 1,00 Por Karkówka pieczona 130g. 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z czerwonej kapusty 100g 1,00 Por Fas. szpar z masł i b.tartą120g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 910,70 Białko ogółem [g] 50,90 Tłuszcz [g] 39,90 Węglowodany ogółem [g] 93,70

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-17 KUCHNIA BUFETOWA

		Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-04-14 wtorek	Zestaw obiadowy 2		Rosół z makaronem 350ml 1,00 Por Udko pieczone 300g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z czerwonej kapusty 100g 1,00 Por Fas. szpar z masł i b.tartą120g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 995,50 Białko ogółem [g] 62,50 Tłuszcz [g] 43,60 Węglowodany ogółem [g] 95,60
	Zestaw obiadowy 3		Fasolka po bretońsku 300g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 722,60 Białko ogółem [g] 35,60 Tłuszcz [g] 23,20 Węglowodany ogółem [g] 105,80
2026-04-15 środa	SALATKI	Salatka gospodarska 150 g 1,00 Por Salatka Szefa kuchni 150g 1,00 Por Salatka jarzynowa 200g. 1,00 Por		Energia kc [kcal] 761,00 Białko ogółem [g] 26,50 Tłuszcz [g] 53,60 Węglowodany ogółem [g] 48,40
	Zestaw obiadowy 1		Zupa grochowa z ziemn. 350ml. 1,00 Por Rumszyk z cebulą smażony 130g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Salatka z ogó. kisz. z ceb.100g 1,00 Por Marchewka oprószana 100g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 902,70 Białko ogółem [g] 49,90 Tłuszcz [g] 25,00 Węglowodany ogółem [g] 129,10
	Zestaw obiadowy 2		Zupa grochowa z ziemn. 350ml. 1,00 Por Rolada drob.z oczkiem piecz.130g 1,00 Por Sos koperkowy 50ml. 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Salatka z ogó. kisz. z ceb.100g 1,00 Por Marchewka oprószana 100g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 869,40 Białko ogółem [g] 56,40 Tłuszcz [g] 19,80 Węglowodany ogółem [g] 125,60
	Zestaw obiadowy 3		Gołąbki ziemn. w śm. piecz. 400g 1,00 Por Sos pieczarkowy 40 ml. 1,00 Por	Energia kc [kcal] 452,50 Białko ogółem [g] 9,20 Tłuszcz [g] 26,40 Węglowodany ogółem [g] 48,50
2026-04-16 czwartek	SALATKI	Salatka makaronowa 150g 1,00 Por Salatka typu włoskiego 150g 1,00 Por Salatka jarzynowa 200g. 1,00 Por		Energia kc [kcal] 937,80 Białko ogółem [g] 36,00 Tłuszcz [g] 64,80 Węglowodany ogółem [g] 59,10

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-17 KUCHNIA BUFETOWA

		Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-04-16 czwartek	Zestaw obiadowy 1		Krupnik 350g 1,00 Por Zraz wiep.dusz.zawij. piecz.160g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka wielowarzywna 100g 1,00 Por Ćwikła 100g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 842,00 Białko ogółem [g] 36,90 Tłuszcz [g] 34,00 Węglowodany ogółem [g] 103,90
	Zestaw obiadowy 2		Krupnik 350g 1,00 Por Bitki wołowe w sosie wł. 130g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka wielowarzywna 100g 1,00 Por Ćwikła 100g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 867,30 Białko ogółem [g] 43,90 Tłuszcz [g] 33,40 Węglowodany ogółem [g] 104,40
	Zestaw obiadowy 3		Krokiety z mięsem 350g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 554,80 Białko ogółem [g] 32,50 Tłuszcz [g] 31,80 Węglowodany ogółem [g] 36,10
2026-04-17 piątek	SALATKI	Salatka grecka 150g 1,00 Por Salatka ze śledziem 150g. 1,00 Por		Energia kc [kcal] 577,60 Białko ogółem [g] 22,60 Tłuszcz [g] 50,40 Węglowodany ogółem [g] 10,60
	Zestaw obiadowy 1		Zupa neapolitańska z ryżem350ml 1,00 Por Dorsz panierowany smaź. 120g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z kiszanej kapusty 100g 1,00 Por Brokuł z masłem i buł. tar. 100g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 839,40 Białko ogółem [g] 14,80 Tłuszcz [g] 45,60 Węglowodany ogółem [g] 97,80
	Zestaw obiadowy 2		Zupa neapolitańska z ryżem350ml 1,00 Por Schab fasz mięs. drob. 160g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z kiszanej kapusty 100g 1,00 Por Brokuł z masłem i buł. tar. 100g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 989,50 Białko ogółem [g] 41,90 Tłuszcz [g] 54,20 Węglowodany ogółem [g] 88,70
	Zestaw obiadowy 3		Pierogi ruskie z masłem 300g 1,00 Por	Energia kc [kcal] 448,90 Białko ogółem [g] 20,10 Tłuszcz [g] 7,60 Węglowodany ogółem [g] 76,90