

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-06-01 do dnia 2026-06-03 KUCHNIA BUFETOWA

| | | Śniadanie | Obiad | SUMA |
|-------------------------|-------------------|---|---|---|
| 2026-06-01 poniedziałek | SALATKI | 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 | | Żurek z ziemn. i kielbasą 350ml. 1,00 Por Kotlet drobiowy z serem 150g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Marchew z groszkiem 100g 1,00 Por Surówka z kapusty pekiń. 100g 1,00 Por | Energia kc [kcal] 938,00 Białko ogółem [g] 51,50 Tłuszcz [g] 35,70 Węglowodany ogółem [g] 114,70 |
| | Zestaw obiadowy 2 | | Żurek z ziemn. i kielbasą 350ml. 1,00 Por Pieczeń rzymska pieczona 150g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Marchew z groszkiem 100g 1,00 Por Surówka z kapusty pekiń. 100g 1,00 Por | Energia kc [kcal] 980,10 Białko ogółem [g] 50,50 Tłuszcz [g] 41,20 Węglowodany ogółem [g] 114,20 |
| | 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 |
| 2026-06-02 wtorek | SALATKI | 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 | | Zupa pomidorowa z makar.350ml 1,00 Por Zraz wiep.dusz.zawij. piecz.160g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Salatka z buraczków 120g 1,00 Por Mizeria ze śmietaną 100g 1,00 Por | Energia kc [kcal] 856,10 Białko ogółem [g] 38,50 Tłuszcz [g] 38,20 Węglowodany ogółem [g] 95,00 |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-06-01 do dnia 2026-06-03 KUCHNIA BUFETOWA

| | | Śniadanie | Obiad | SUMA |
|-------------------|-------------------|--|--|---|
| 2026-06-02 wtorek | Zestaw obiadowy 2 | | Zupa pomidorowa z makar.350ml 1,00 Por Gulasz drobiowy 130g. 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Sałatka z buraczków 120g 1,00 Por Mizeria ze śmietaną 100g 1,00 Por | Energia kc [kcal] 843,10 Białko ogółem [g] 44,90 Tłuszcz [g] 34,00 Węglowodany ogółem [g] 93,90 |
| | Zestaw obiadowy 3 | | Makar z kurcz.szpin.i fetą 350g 1,00 Por | Energia kc [kcal] 471,70 Białko ogółem [g] 32,10 Tłuszcz [g] 9,90 Węglowodany ogółem [g] 64,30 |
| 2026-06-03 środa | SALATKI | Sałatka gospodarska 150 g 1,00 Por Sałatka Szefa kuchni 150g 1,00 Por Sałatka 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 fasolowa z makaronem350ml 1,00 Por Rumszyk z cebulą smażony 130g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Sałatka z pomidora 100g 1,00 Por Sur. z mar.selera i jabłka 100g. 1,00 Por | Energia kc [kcal] 869,30 Białko ogółem [g] 49,90 Tłuszcz [g] 20,60 Węglowodany ogółem [g] 130,50 |
| | Zestaw obiadowy 2 | | Zupa fasolowa z makaronem350ml 1,00 Por Klops drobiowy 120g 1,00 Por Sos jarzynowy 50g. 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Sałatka z pomidora 100g 1,00 Por Sur. z mar.selera i jabłka 100g. 1,00 Por | Energia kc [kcal] 887,50 Białko ogółem [g] 55,20 Tłuszcz [g] 18,70 Węglowodany ogółem [g] 134,70 |
| | Zestaw obiadowy 3 | | Zupa węgierska 350 ml 1,00 Por | Energia kc [kcal] 481,10 Białko ogółem [g] 27,00 Tłuszcz [g] 10,90 Węglowodany ogółem [g] 69,60 |