



# JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 20.04.2026

**ŚNIADANIE**  
410 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna 50g z masłem 10g, Ser żółty 40g, Pomidor, ogórek świeży

**OBIAD**  
(ZUPA + DRUGIE DANIE)  
110 + 290 KCAL

- Kakao 150 ml
- Zupa Pieczarkowa z ziemniakami 250 ml

**PODWIECZOREK**  
220 KCAL

- Makaron penne z szynką 180g

WTOREK 21.04.2026

**ŚNIADANIE**  
410 KCAL

- Kompot wieloowocowy 150 ml
- Ciastka kakaowe bez dodatku cukru 50g

**OBIAD**  
(ZUPA + DRUGIE DANIE)  
137 + 450 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna 50g z masłem 10g, Wędlina wieprzowa 20g, Serek almette 20g, Sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka, kiełki

**PODWIECZOREK**  
105 KCAL

- Herbata owocowa 150 ml
- Zupa Krupnik z ziemniakami 250 ml
- Udko pieczone 120g i ziemniaki 100g
- Surówka szwedzka 100g
- Lemoniada 150 ml
- Banan 70g

ŚRODA 22.04.2026

**ŚNIADANIE**  
**350 KCAL**

- Pieczywo mieszane 50g z masłem 10g,  
Pasta jajeczna z chrzanem 40g, Ogórek kiszony, szczypior

- Herbata owoce leśne 150ml
- Zupa brokułowa z ziemniakami 250 ml

**OBIAD**  
**(ZUPA + DRUGIE DANIE)**  
**170 + 380 KCAL**

- Gołąbki z mięsem i ryżem 100g w sosie pomidorowym 60g i ziemniaki 100g

**PODWIECZOREK**  
**210 KCAL**

- Kompot wieloowocowy 150 ml
- Drożdżówka z jabłkiem 60g

CZWARTEK 23.04.2026

**ŚNIADANIE**  
**449 KCAL**

- Pieczywo mieszane 50g z masłem 10g, wędlna drobiowa 20g,  
sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka

- Herbata wiśniowa 150ml
- Zupa gulaszowa i ziemniakami 250 ml

**OBIAD**  
**(ZUPA + DRUGIE DANIE)**  
**190 + 480 KCAL**

- Placki ziemniaczane 200g ze śmietaną 10g

- Woda 150 ml

- Pączek z marmoladą 70g

**PODWIECZOREK**  
**290 KCAL**

PIĄTEK 24.04.2026

**ŚNIADANIE**  
**283 KCAL**

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna 50g z masłem 10g,  
Płatki śniadaniowe miodowe na mleku 150 ml, Dżem niskosłodzony 10g

- Herbata owocowa 150ml
- Zupa Żurek z ziemniakami 250ml

**OBIAD**  
**(ZUPA + DRUGIE DANIE)**  
**198 + 490 KCAL**

- Kotlet rybny(80g) z ziemniakami pieczonymi(100g)

- Surówka z kiszonej kapusty 100g

- Lemoniada 150 ml

- Jabłko 70g

**PODWIECZOREK**  
**75 KCAL**