

M E N U – STYCZEŃ 2026R.
11.01.2026r.-21.01.2026r.

ŚRODA 11.01.2026R.

Zupa meksykańska z pieczywem

CZWARTEK - 12.01.2026R.

Makaron carbonara

PIĄTEK – 13.01.2026r.

Smażony kotlet mielony, ziemniaki gotowane, gotowana marchewka z groszkiem

SOBOTA – 14.01.2026R.

Zupa ogórkowa, smażone racuchy z jabłkami

NIEDZIELA – 15.01.2026R.

Gołąbki z kapusty z mięsem mielonym i ryżem, duszone w sosie pomidorowym, gotowane ziemniaki

PONIEDZIAŁEK – 16.01.2026r.

Fasolka po bretońsku

WTOREK- 17.01.2026R

Makaron spaghetti bolognese

ŚRODA 18.01.2026R.

Zupa fasolowa z pieczywem

CZWARTEK - 19.01.2026R.

Pulpety gotowane w sosie koperkowym, ziemniaki gotowane, surówka ze świeżej tartej marchewki

PIĄTEK – 20.01.2026r.

Leczo gotowane z warzywami i kiełbasą z pieczywem

SOBOTA – 21.01.2026R.

Jajko sadzone, ziemniaki puree z koperkiem, ogórek kiszony z cebulką

OKRES II – 11.01–20.01.2026

Parametr	1 osoba / 10 dni	35 osób / 10 dni
Energia	24 000 kcal	840 000 kcal
Białko	970 g	33,95 kg
Węglowodany	2 900 g	101,5 kg
Cukry	630 g	22,05 kg
Tłuszcz	880 g	30,8 kg
Nasycone	240 g	8,4 kg
Błonnik	290 g	10,15 kg
Sód	33 300 mg	1,165 kg