

RAPORT KULINARNY

Wielkanoc

2026



Spis treści

Kogo zapytaliśmy o zdanie	3
Wielkanoc to nadal święto stołu	4
Co króluje na Wielkanocnym stole	5
Wytrawny TOP 9	6
Czy biała kiełbasa to tylko wielkanoc	7
Sernik wygrywa wielkanoc	8
A co poza sernikiem	9
Babcia czy internet – kto wygrywa w kuchni	10
Polacy gotują... ale nie wszystko	11
Strażnicy wielkanocnej tradycji	12
Co jest naprawdę najważniejsze w Wielkanoc	13
Ile kosztuje wielkanocny stół	14
Podsumowanie – Wielkanoc 2026 w liczbach	15

Kogo zapytaliśmy o zdanie



Kobiety

53,5%

Mężczyźni

46,5%

Wiek

co najmniej 65 lat

27,1 %

35 – 64 lata

51,7%

18 – 34 lata

21,2%

Miejsce zamieszkania

Wieś

39,0%

Miasto

100 – 200 tys. mieszkańców

21,0%

Metropolia

powyżej 500 tys. mieszkańców

14,0%

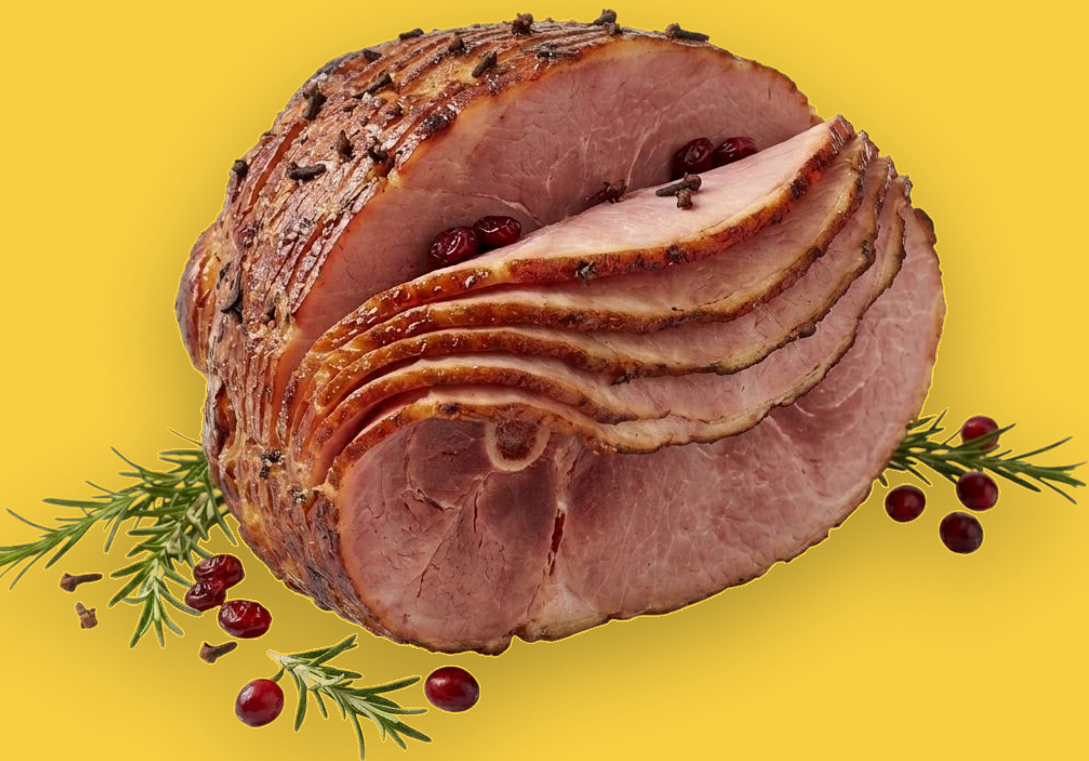
Wielkanoc to nadal

Święto stołu

97%

Wielkanoc to nadal przede wszystkim wspólne spotkania przy stole. Nawet osoby, które nie obchodzą świąt religijnie, często uczestniczą w rodzinnych spotkaniach.

Bez tego Polacy nie wyobrażają sobie świąt



Co króluje na wielkanocnym stole

83% Szynka i wędliny

82% Sałatka jarzynowa

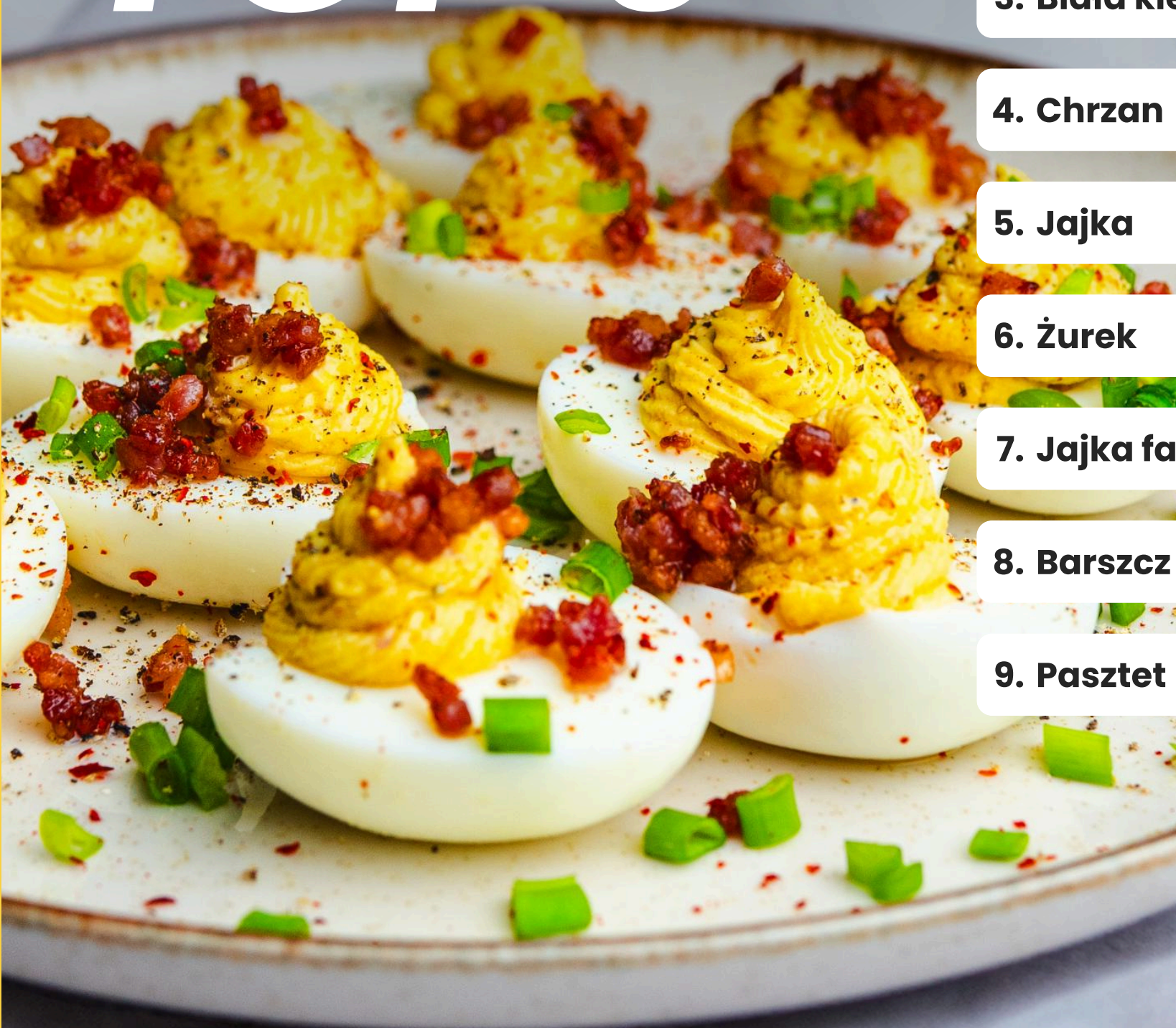
80% Biała kiełbasa

68% Żurek

*Wielkanocne menu Polaków jest
bardzo stabilne – te same potrawy
pojawiają się na stołach od pokoleń.*

Wytrawny

TOP 9



1. Szynka 86%

2. Sałatka jarzynowa 82%

3. Biała kielbasa 81%

4. Chrzan 78%

5. Jajka 78%

6. Żurek 67%

7. Jajka faszerowane 64%

8. Barszcz biały 52%

9. Pasztet 38%

*Polska Wielkanoc
jest zdecydowanie wytrawna.*

Czy

Biała kielbasa

to tylko Wielkanoc

*Biała kielbasa jest symbolem
świąt, ale wielu Polaków sięga po
nią także w ciągu roku.*



80 %

**serwuje białą kielbasę
na Wielkanoc**

33 %

**je białą kielbasę
wyłącznie w Wielkanoc**

Sernik

wygrywa Wielkanoc

**Polska Wielkanoc bez sernika?
Prawie niemożliwe.**

Na wielkanocnych stołach nie brakuje słodkości, ale jeden deser wyraźnie wysuwa się na prowadzenie. Sernik gości u niemal trzech na czterech Polaków i dla wielu rodzin jest tak samo obowiązkowy jak jajka czy żurek.

Sernik pojawia się na
73%
wielkanocnych stołów



Dla **23%**
Polaków jest on niezbędnym
elementem słodkiego stołu
na Wielkanoc

A co poza sernikiem

*Wielkanocny stół rzadko
kończy się na jednym cieście.*

52%
Babka



48%
Makowiec



42%
Mazurek



Kto wygrywa w kuchni?

BABCIA CZY INTERNET

63% Polaków korzysta z rodzinnych przepisów

41% Internet

16% Książki kucharskie

3% AI

W internecie można znaleźć tysiące przepisów, jednak wielkanocna kuchnia wciąż opiera się na rodzinnych tradycjach. Dla większości Polaków najlepsze przepisy to te przekazywane z pokolenia na pokolenie.

Polacy gotują...

49,8%

Przygotowuje większość potraw samodzielnie

... ale nie wszystko

61,0%

Kupuje gotowe wędliny

36,0%

Kupuje gotowe ciasta

Wielkanocne przygotowania to dziś kompromis między tradycją a wygodą. Polacy chętnie gotują w domu, ale część produktów – zwłaszcza wędliny i wypieki – kupują gotowe.

Straznicy wielkanocnej tradycji

22%

Polaków prowadzi bardzo tradycyjne gospodarstwa

- *gotują samodzielnie*
- *nie zmieniają menu*
- *korzystają z rodzinnych przepisów*
- *podkreślają znaczenie tradycji lub religii*

Mimo zmian stylu życia i rosnącej popularności gotowych produktów, w wielu domach wielkanocne przygotowania wyglądają niemal tak samo jak kilkadziesiąt lat temu. W takich gospodarstwach świąteczne menu rzadko się zmienia, a przepisy są przekazywane w rodzinie z pokolenia na pokolenie.



Co jest naprawdę najważniejsze w Wielkanoc

45%

Polaków wskazuje spotkanie z rodziną jako najważniejszy element świąt

22%

Tradycja

15%

Religijny charakter świąt

Wielkanocne stoły uginają się od potraw, ale dla większości Polaków najważniejsze w świątach jest coś znacznie prostszego – wspólnie spędzony czas.

Spotkanie z rodziną pozostaje najważniejszym elementem Wielkanocy, wyprzedzając zarówno tradycję, jak i religijny charakter świąt.

Ile kosztuje wielkanocny stół

Przygotowanie wielkanocnego stołu to nie tylko tradycja, ale także coraz większy wydatek.

Najczęściej Polacy wydają od 100 do 300 zł na osobę, choć ponad jedna czwarta badanych przyznaje, że trudno im oszacować dokładne koszty.

Najczęstsze wydatki na przygotowanie potraw na osobę:

15% 101 – 150 zł

14% 151 – 200 zł

12% 201 – 300 zł

27% Polaków nie potrafi oszacować kosztów świątecznego stołu.

Wielkanoc 2026 w liczbach

83% Polaków podaje na Wielkanoc szynkę lub wędliny

73% Rodzin serwuje sernik

63% Korzysta z rodzinnych przepisów

36% Kupuje gotowe ciasta

45% Uważa spotkanie z rodziną za najważniejszy element świąt

Choć style życia się zmieniają, wielkanocne stoły w Polsce wciąż pozostają miejscem spotkania tradycji, rodzinnych zwyczajów i wspólnego czasu z bliskimi.