 16.04.2024 (wtorek)

► **08:00 Śniadanie (889kcal)**

| | |
|---|------------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal) | 1 porcja |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) (222 kcal) | 1 porcja |
| Ser topiony, edamski (151kcal) | 3 i 1/3 łyżeczki (50g) |
| Ogórek (7kcal) | 1/4 sztuki (50g) |
| Sałata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |

► **12:00 Obiad (779kcal)**

| | |
|--|-----------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal) | 1 porcja |
| Cukier (80kcal) | 1 i 2/3 łyżki (20g) |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (213kcal) | 3 i 1/2 sztuki (300g) |
| Pomidorowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (165 kcal) | 1 porcja |
| Pulpet gotowany drobiowy 80g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (157 kcal) | 1 porcja |
| Sur z kap pek z kef 150g S(3,7,10) (157 kcal) | 1 porcja |

► **17:00 Kolacja (447kcal)**


| | |
|--------------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Kielbasa krotoszyńska S (6) (35kcal) | 30g |
| Papryka czerwona (16kcal) | 1/5 sztuki (50g) |
| Sałata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |

► **20:00 Posiłek nocny (124kcal)**

| | |
|------------------------|-----------------------|
| Mus jabłkowy (124kcal) | 1 i 1/4 porcji (100g) |
|------------------------|-----------------------|

**Wartości
odżywcze**

| | | | |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| Wartość energetyczna: | 2239 kcal | Białko ogółem: | 76.88 g |
| Tłuszcz: | 69.73 g | Węglowodany ogółem: | 336.52 g |
| Węglowodany przyswajalne: | 292.78 g | Błonnik pokarmowy: | 27.71 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: | 33.78 g | Sól: | 9.41 g |

 17.04.2024 (środa)

► **08:00 Śniadanie (795kcal)**

| | |
|---|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal) | 1 porcja |
| Kasza kukurydz na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (210 kcal) | 1 porcja |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Jaja gotowane (70kcal) | 1 sztuka (50g) |
| Salata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |
| Ogórek kwaszony (6kcal) | 3/4 sztuki (50g) |

► **12:00 Obiad (928kcal)**

| | |
|---|---------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal) | 1 porcja |
| Cukier (80kcal) | 1 i 2/3 łyżki (20g) |
| Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (218 kcal) | 1 porcja |
| Risot z mięs w sos pom 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (623 kcal) | 1 porcja |

► **17:00 Kolacja (438kcal)**

| | |
|---------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Kielbasa Szynkowa S(6) (35kcal) | 30g |
| Ogórek (7kcal) | 1/4 sztuki (50g) |
| Salata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |

► **20:00 Posiłek nocny (184kcal)**

| | |
|--|----------|
| kanapka graham z serem białym i rzodkiewką S(1,7) (184 kcal) | 1 porcja |
|--|----------|

**Wartości
odżywcze**

| | | | |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| Wartość energetyczna: | 2345 kcal | Białko ogółem: | 84.49 g |
| Tłuszcz: | 67.75 g | Węglowodany ogółem: | 361.43 g |
| Węglowodany przyswajalne: | 307.88 g | Błonnik pokarmowy: | 27.92 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: | 33.99 g | Sól: | 9.1 g |

 18.04.2024 (czwartek)

► **08:00 Śniadanie (824kcal)**

| | |
|---|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal) | 1 porcja |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Pasztet wieprzowy (85kcal) | 2 łyżki (40g) |
| Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (214 kcal) | 1 porcja |
| Papryka czerwona (16kcal) | 1/5 sztuki (50g) |
| Sałata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |

► **12:00 Obiad (943kcal)**

| | |
|---|-----------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal) | 1 porcja |
| Cukier (80kcal) | 1 i 2/3 łyżki (20g) |
| Lane ciast na ros 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (137 kcal) | 1 porcja |
| Kurcz got 150g S(6,8,9,10,11) (402 kcal) | 1 porcja |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (213kcal) | 3 i 1/2 sztuki (300g) |
| Jarzyny z pary S (9) (104 kcal) | 1 porcja |

► **17:00 Kolacja (439kcal)**

| | |
|----------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Kiełbasa kminkowa S (6) (37kcal) | 30g |
| Ogórek kwaszony (6kcal) | 3/4 sztuki (50g) |
| Sałata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |

► **20:00 Posiłek nocny (94kcal)**

| | |
|---------------------------------|----------|
| Kisiel z jabł 200ml S (94 kcal) | 1 porcja |
|---------------------------------|----------|

 **Wartości
odżywcze**

| | | | |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| Wartość energetyczna: | 2300 kcal | Białko ogółem: | 104.23 g |
| Tłuszcz: | 71.65 g | Węglowodany ogółem: | 321.52 g |
| Węglowodany przyswajalne: | 278.34 g | Błonnik pokarmowy: | 29.79 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: | 31.38 g | Sól: | 10.39 g |

 19.04.2024 (piątek)**► 08:00 Śniadanie (902kcal)**

| | |
|---|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal) | 1 porcja |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) (211 kcal) | 1 porcja |
| Jabłko (85kcal) | 1 sztuka (170g) |
| Ser bia z kef i rzodkiewką 60g S(7) (91 kcal) | 1 porcja |
| Sałata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |
| Ogórki kiszane (6kcal) | 3/4 sztuki (50g) |

► 12:00 Obiad (853kcal)

| | |
|--|-----------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal) | 1 porcja |
| Cukier (80kcal) | 1 i 2/3 łyżki (20g) |
| Ryba na parz 80g S(4) (119 kcal) | 1 porcja |
| Zupa z soczewicy 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (297 kcal) | 1 porcja |
| Sos jarzyn S(1,3,6,7,8,9,10,11) (137 kcal) | 1 porcja |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (213kcal) | 3 i 1/2 sztuki (300g) |

► 17:00 Kolacja (535kcal)


| | |
|-----------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Sałata (3kcal) | 1/8 sztuki (20g) |
| Past z jaj 60g S(3,10) (122 kcal) | 1 porcja |
| Papryka czerwona (16kcal) | 1/5 sztuki (50g) |

► 20:00 Posiłek nocny (188kcal)

| | |
|--|---------------------------|
| Kaszka z sosem z truskawek - Smakija (188kcal) | 1 i 1/4 opakowania (150g) |
|--|---------------------------|

**Wartości
odżywcze**

| | | | |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| Wartość energetyczna: | 2478 kcal | Białko ogółem: | 99.16 g |
| Tłuszcz: | 70.69 g | Węglowodany ogółem: | 374.71 g |
| Węglowodany przyswajalne: | 305.42 g | Błonnik pokarmowy: | 35.52 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: | 33.24 g | Sól: | 9.97 g |

 20.04.2024 (sobota)

► **08:00 Śniadanie (683kcal)**

| | |
|---|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal) | 1 porcja |
| Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) (215 kcal) | 1 porcja |
| Kiełbasa krotoszyńska S (6) (35kcal) | 30g |
| Sałata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |
| Ogórek (7kcal) | 1/4 sztuki (50g) |

► **12:00 Obiad (976kcal)**

| | |
|---|----------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal) | 1 porcja |
| Cukier (80kcal) | 1 i 2/3 łyżki (20g) |
| Barszcz czer z jarz 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (238 kcal) | 1 porcja |
| Zapiekanki z ziemniakami 350g S(3,6,7,8,9,10,11) (536 kcal) | 1 porcja |
| Maślanka (88kcal) | 3/4 szklanki (200ml) |
| Mandarynki (27kcal) | 1 sztuka (60g) |

► **17:00 Kolacja (538kcal)**

| | |
|--------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Pomidor (15kcal) | 1/2 sztuki (80g) |
| Ser gouda, tłusty (127kcal) | 1 i 2/3 plastra (40g) |
| Sałata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |

► **20:00 Posiłek nocny (150kcal)**

| | |
|--------------------------------|----------|
| Budyń na ml 150ml S (150 kcal) | 1 porcja |
|--------------------------------|----------|

**Wartości
odżywcze**

| | | | |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| Wartość energetyczna: | 2347 kcal | Białko ogółem: | 88.34 g |
| Tłuszcz: | 70.67 g | Węglowodany ogółem: | 352.06 g |
| Węglowodany przyswajalne: | 305.47 g | Błonnik pokarmowy: | 29.59 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: | 35.9 g | Sól: | 10.18 g |

 21.04.2024 (niedziela)

► **08:00 Śniadanie (716kcal)**

| | |
|--|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (90kcal) | 7 i 1/2 łyżki (150g) |
| Kiełbasa Senatorska S (6) (181kcal) | 80g |
| Sałata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |
| Musztarda (17kcal) | 1 łyżeczka (10g) |
| Mandarynki (32kcal) | 1 sztuka (70g) |

► **12:00 Obiad (855kcal)**

| | |
|--|-----------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal) | 1 porcja |
| Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (142 kcal) | 1 porcja |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (213kcal) | 3 i 1/2 sztuki (300g) |
| Cukier (80kcal) | 1 i 2/3 łyżki (20g) |
| Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (247 kcal) | 1 porcja |
| March z grosz got 180g S(1,7) (166 kcal) | 1 porcja |

► **17:00 Kolacja (464kcal)**

| | |
|---|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Kiełbasa z fileta/Schinkenwurst S(6) (61kcal) | 30g |
| Sałata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |
| Ogórek (7kcal) | 1/4 sztuki (50g) |

► **20:00 Posiłek nocny (78kcal)**

| | |
|-----------------------------------|----------------------|
| Biszkopty "Petitki" - LU (78kcal) | 6 i 2/3 sztuki (20g) |
|-----------------------------------|----------------------|

**Wartości
odżywcze**

| | | | |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| Wartość energetyczna: | 2113 kcal | Białko ogółem: | 76.26 g |
| Tłuszcz: | 63.1 g | Węglowodany ogółem: | 322.73 g |
| Węglowodany przyswajalne: | 277.19 g | Błonnik pokarmowy: | 28.02 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: | 30.77 g | Sól: | 9.8 g |

 22.04.2024 (poniedziałek)

► **08:00 Śniadanie (773kcal)**

| | |
|--|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal) | 1 porcja |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Schab z beczki S (6) (34kcal) | 30g |
| Sałata (2kcal) | 1/8 sztuki (10g) |
| Kasz jagl na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (215 kcal) | 1 porcja |
| Pomidor (15kcal) | 1/2 sztuki (80g) |

► **12:00 Obiad (822kcal)**

| | |
|---|-------------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal) | 1 porcja |
| Cukier (80kcal) | 1 i 2/3 łyżki (20g) |
| Gulasz wiep z jarz1 50g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (267 kcal) | 1 porcja |
| Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (214kcal) | 1 i 1/3 szklanki (200g) |
| Ogórkowa z ziem 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (209 kcal) | 1 porcja |
| Sał z kef 60g S(7) (45 kcal) | 1 porcja |

► **17:00 Kolacja (525kcal)**

| | |
|--|-----------------------|
| Chleb baltonowski (127kcal) | 1 i 1/3 kromki (50g) |
| Chleb żytni razowy (79kcal) | 1 kromka (35g) |
| Masło ekstra (105kcal) | 1 i 1/3 plastra (14g) |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal) | 1 porcja |
| Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7) (112 kcal) | 1 porcja |
| Papryka czerwona (16kcal) | 1/5 sztuki (50g) |
| Sałata (3kcal) | 1/8 sztuki (20g) |

► **20:00 Posiłek nocny (107kcal)**

| | |
|-----------------|-----------------|
| Banan (107kcal) | 1 sztuka (110g) |
|-----------------|-----------------|

**Wartości
odżywcze**

| | | | |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| Wartość energetyczna: | 2227 kcal | Białko ogółem: | 80.84 g |
| Tłuszcz: | 61.73 g | Węglowodany ogółem: | 349.88 g |
| Węglowodany przyswajalne: | 308.16 g | Błonnik pokarmowy: | 31.24 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: | 31.35 g | Sól: | 12.97 g |

| wtorek (2024-04-16) | środa (2024-04-17) | czwartek (2024-04-18) | piątek (2024-04-19) | sobota (2024-04-20) | niedziela (2024-04-21) | poniedziałek (2024-04-22) |
|---|---|--|--|--|---|---|
| 08:00 Śniadanie | 08:00 Śniadanie | 08:00 Śniadanie | 08:00 Śniadanie | 08:00 Śniadanie | 08:00 Śniadanie | 08:00 Śniadanie |
| Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) Ser topiony, edamski Ogórek Sałata | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Kasza kukurydz na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Jaja gotowane Sałata Ogórek kwaszony | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Paszтет wieprzowy Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Papryka czerwona Sałata | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) Jabłko Ser bia z kef i rzodkiewką 60g S(7) Sałata Ogórki kiszzone | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) Kielbasa krotoszyńska S (6) Sałata Ogórek | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Kielbasa Senatorska S (6) Sałata Musztarda Mandarynki | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Schab z becзки S (6) Sałata Kasz jagl na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Pomidor |
| 12:00 Obiad | 12:00 Obiad | 12:00 Obiad | 12:00 Obiad | 12:00 Obiad | 12:00 Obiad | 12:00 Obiad |
| Kompot owoc 250ml S Cukier Ziemniaki, gotowane w wodzie Pomidorowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Pulpet gotowany drobiowy 80g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sur z kap pek z kef 150g S(3,7,10) | Kompot owoc 250ml S Cukier Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Risot z mięs w sos pom 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11) | Kompot owoc 250ml S Cukier Lane ciast na ros 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Kurcz got 150g S(6,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie Jarzyny z pary S (9) | Kompot owoc 250ml S Cukier Ryba na parz 80g S(4) Zupa z soczewicy 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sos jarzyn S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie | Kompot owoc 250ml S Cukier Barszcz czer z jarz 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Zapiekany z ziemn z jajk 350g S(3,6,7,8,9,10,11) Maślanka Mandarynki | Kompot owoc 250ml S Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie Cukier Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) March z grosz got 180g S(1,7) | Kompot owoc 250ml S Cukier Gulasz wiep z jarz 150g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana Ogórkowa z ziem 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sał z kef 60g S(7) |
| 17:00 Kolacja | 17:00 Kolacja | 17:00 Kolacja | 17:00 Kolacja | 17:00 Kolacja | 17:00 Kolacja | 17:00 Kolacja |
| Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kielbasa krotoszyńska S (6) Papryka czerwona Sałata | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kielbasa Szynekowa S(6) Ogórek Sałata | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kielbasa kminkowa S (6) Ogórek kwaszony Sałata | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Past z jaj 60g S(3,10) Papryka czerwona | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Pomidor Ser gouda, tłusty Sałata | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kielbasa z fileta/Schinkenwurst S(6) Sałata Ogórek | Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7) Papryka czerwona Sałata |
| 20:00 Posiłek nocny | 20:00 Posiłek nocny | 20:00 Posiłek nocny | 20:00 Posiłek nocny | 20:00 Posiłek nocny | 20:00 Posiłek nocny | 20:00 Posiłek nocny |
| Mus jabłkowy | kanapka graham z serem białym i rzodkiewką S(1,7) | Kisiel z jabł 200ml S | Kaszka z sosem z truskawek - Smakija | Budyń na ml 150ml S | Biszkopty "Petitki" - LU | Banan |

| wtorek (2024-04-16) | środa (2024-04-17) | czwartek (2024-04-18) | piątek (2024-04-19) | sobota (2024-04-20) | niedziela (2024-04-21) | poniedziałek (2024-04-22) |
|---|---|---|--|---|---|---|
| Energia: Kcal 2239 = 9382 kJ Kcal z tłuszczu 28,03 % Kcal z białka 13,73 % Kcal z węglowodanów 60,12 % | Energia: Kcal 2345 = 9834 kJ Kcal z tłuszczu 26,00 % Kcal z białka 14,41 % Kcal z węglowodanów 61,65 % | Energia: Kcal 2300 = 9641 kJ Kcal z tłuszczu 28,04 % Kcal z białka 18,13 % Kcal z węglowodanów 55,92 % | Energia: Kcal 2478 = 10384 kJ Kcal z tłuszczu 25,67 % Kcal z białka 16,01 % Kcal z węglowodanów 60,49 % | Energia: Kcal 2347 = 9852 kJ Kcal z tłuszczu 27,10 % Kcal z białka 15,06 % Kcal z węglowodanów 60,00 % | Energia: Kcal 2113 = 8859 kJ Kcal z tłuszczu 26,88 % Kcal z białka 14,44 % Kcal z węglowodanów 61,09 % | Energia: Kcal 2227 = 9337 kJ Kcal z tłuszczu 24,95 % Kcal z białka 14,52 % Kcal z węglowodanów 62,84 % |