

 26.03.2024 (wtorek)**► 08:00 Śniadanie (816kcal)**

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 (43 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Zupa ml z kasz jaglanej 250ml S(1,7) (108 kcal)	0.5 porcji
Ser gouda, tłusty (127kcal)	1 i 2/3 plastra (40g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)

► 10:00 II Śniadanie (109kcal)

Drożdżówka z jabłkiem (109kcal)	1/2 sztuki (40g)
---------------------------------	------------------

► 12:00 Obiad (529kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)
Szpinakowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (104 kcal)	0.5 porcji
Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (120 kcal)	0.5 porcji
Bur z jabł 150g S (76 kcal)	0.5 porcji

► 15:00 Podwieczorek (107kcal)

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

► 17:00 Kolacja (499kcal)

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 krakowska, sucha (93kcal)	6 plastrów (30g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	1/8 porcji (50g)

▶ 20:00 Posiłek nocny (78kcal)

Biskopki "Petitki" - LU (78kcal)

6 i 2/3 sztuki (20g)

**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2138 kcal	Białko ogółem:	72.64 g
Tłuszcz:	66.09 g	Węglowodany ogółem:	323.12 g
Węglowodany przyswajalne:	221.54 g	Błonnik pokarmowy:	27.57 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	32.84 g	Sól:	6.41 g


27.03.2024 (środa)
► 08:00 Śniadanie (661kcal)

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) (105 kcal)	0.5 porcji
Herbata słod 250ml S (23 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Kiełbasa Krakowska podsusz. S (6) (38kcal)	30g
Kiwi (42kcal)	1 sztuka (70g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► 10:00 II Śniadanie (78kcal)

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

► 12:00 Obiad (818kcal)

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) (123 kcal)	0.5 porcji
Klus z mięs 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (573 kcal)	1 porcja
March z pary 180g D S (35 kcal)	0.5 porcji

► 15:00 Podwieczorek (94kcal)

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

► 17:00 Kolacja (372kcal)

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 (23 kcal)	1 porcja
Pośrednica drobiowa S (6) (24kcal)	30g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Brokuły, gotowane w wodzie (12kcal)	1/2 porcji (50g)

► 20:00 Posiłek nocny (150kcal)

Budyń na ml 150ml S (150 kcal)

1 porcja

**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2173 kcal	Białko ogółem:	72.66 g
Tłuszcz:	60.99 g	Węglowodany ogółem:	344.43 g
Węglowodany przyswajalne:	201.97 g	Błonnik pokarmowy:	30.69 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	30.54 g	Sól:	7.1 g


28.03.2024 (czwartek)

► 08:00 Śniadanie (749kcal)

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
Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) (111 kcal)	0.5 porcji
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Jaja gotowane (70kcal)	1 sztuka (50g)
Mandarynki (32kcal)	1 sztuka (70g)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)

► 10:00 II Śniadanie (70kcal)

Biszkopty (70kcal)	6 i 2/3 sztuki (20g)
--------------------	----------------------

► 12:00 Obiad (664kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)
Pulpet gotowany drobiowy 80g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (160 kcal)	1 porcja
Sos pomid S(1,3,6,7,8,9,10,11) (99 kcal)	0.5 porcji
Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (131 kcal)	0.5 porcji
Sal z kef 60g S(7) (45 kcal)	1 porcja

► 15:00 Podwieczorek (87kcal)

Kal z march na parz 150g (podw) S (87 kcal)	1 porcja
---	----------

► 17:00 Kolacja (388kcal)

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 (23 kcal)	1 porcja
Kiełbasa kminkowa S (6) (37kcal)	30g
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► 20:00 Posiłek nocny (107kcal)

Banan (107kcal)

1 sztuka (110g)



**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2065 kcal	Białko ogółem:	72.19 g
Tłuszcz:	59.04 g	Węglowodany ogółem:	322.4 g
Węglowodany przyswajalne:	227.56 g	Błonnik pokarmowy:	31.29 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	26.44 g	Sól:	7.56 g

 29.03.2024 (piątek)**► 08:00 Śniadanie (753kcal)**

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 (23 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) (108 kcal)	0.5 porcji
Ser bia z kef 60g S(7) (89 kcal)	1 porcja
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	1/8 porcji (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► 10:00 II Śniadanie (133kcal)

Drożdżówka z serem (133kcal)	1/2 sztuki (50g)
------------------------------	------------------

► 12:00 Obiad (479kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)
Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (104 kcal)	0.5 porcji
Cukier (40kcal)	3/4 łyżki (10g)
Ryba na parz 80g S(4) (74 kcal)	1 porcja
Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (112 kcal)	0.5 porcji

► 15:00 Podwieczorek (170kcal)

Budyń na ml 150ml S (150 kcal)	1 porcja
Cukier (20kcal)	1/3 łyżki (5g)

► 17:00 Kolacja (547kcal)

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 (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Past z jaj 60g S(3,10) (136 kcal)	1 porcja
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)

► 20:00 Posiłek nocny (94kcal)

Kisiel z jabł 200ml S (94 kcal)

1 porcja

**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2176 kcal	Białko ogółem:	83.69 g
Tłuszcz:	63.77 g	Węglowodany ogółem:	325.33 g
Węglowodany przyswajalne:	234.97 g	Błonnik pokarmowy:	27.53 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	29.83 g	Sól:	6.27 g


30.03.2024 (sobota)
► 08:00 Śniadanie (734kcal)

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
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Dżem truskawkowy, niskosłodzony (77kcal)	3 i 1/3 łyżeczki (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kasz kuskus na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (121 kcal)	0.5 porcji

► 10:00 II Śniadanie (76kcal)

Napój jabłkowy (76kcal)	3/4 szklanki (200ml)
-------------------------	----------------------

► 12:00 Obiad (489kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Marchewkowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (108 kcal)	0.5 porcji
Makaron z ser 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (256 kcal)	0.5 porcji
Jabł piecz 150g S (38 kcal)	0.5 porcji

► 15:00 Podwieczorek (58kcal)

Chrupki kukurydziane (58kcal)	3 i 1/4 garści (16g)
-------------------------------	----------------------

► 17:00 Kolacja (557kcal)

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 (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Ser topiony, edamski (151kcal)	3 i 1/3 łyżeczki (50g)
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	1/8 porcji (50g)

► 20:00 Posiłek nocny (107kcal)

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

 **Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2021 kcal	Białko ogółem:	55.56 g
Tłuszcz:	54.76 g	Węglowodany ogółem:	332.83 g
Węglowodany przyswajalne:	257.83 g	Błonnik pokarmowy:	22.46 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	30.64 g	Sól:	4.3 g


31.03.2024 (niedziela)
► 08:00 Śniadanie (559kcal)

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
Poledwica sopocka S (6) (36kcal)	30g
Jaja gotowane (70kcal)	1 sztuka (50g)
Kiwi (42kcal)	1 sztuka (70g)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)

► 10:00 II Śniadanie (92kcal)

Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (92kcal)	6 łyżek (150g)
--	----------------

► 12:00 Obiad (731kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (71 kcal)	0.5 porcji
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Bur z jabł 150g S (76 kcal)	0.5 porcji
Piecz wiep dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (355 kcal)	1 porcja

► 15:00 Podwieczorek (92kcal)

Brok z march na parz 150g (podw) S (92 kcal)	1 porcja
--	----------

► 17:00 Kolacja (456kcal)

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
Schab z beczki S (6) (45kcal)	40g
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► 20:00 Posiłek nocny (70kcal)

Biszkopty (70kcal)

6 i 2/3 sztuki (20g)



**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2000 kcal	Białko ogółem:	75.94 g
Tłuszcz:	66.42 g	Węglowodany ogółem:	286.88 g
Węglowodany przyswajalne:	242.4 g	Błonnik pokarmowy:	27.62 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	30.75 g	Sól:	8.31 g


01.04.2024 (poniedziałek)
► 08:00 Śniadanie (764kcal)

Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Kielbasa Senatorska S (6) (181kcal)	80g
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)
Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (92kcal)	6 łyżek (150g)
Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	1/8 porcji (50g)

► 10:00 II Śniadanie (70kcal)

Biszkopty (70kcal)	6 i 2/3 sztuki (20g)
--------------------	----------------------

► 12:00 Obiad (633kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)
Pomidorowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (83 kcal)	0.5 porcji
Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (247 kcal)	1 porcja
Jarzyny z pary S, D (9) (74 kcal)	0.5 porcji

► 15:00 Podwieczorek (76kcal)

Napój jabłkowy (76kcal)	3/4 szklanki (200ml)
-------------------------	----------------------

► 17:00 Kolacja (460kcal)

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 (23 kcal)	1 porcja
Schab z beczki S (6) (34kcal)	30g
Jabł piecz 150g S (75 kcal)	1 porcja
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

▶ 20:00 Posiłek nocny (58kcal)

Chrupki kukurydziane (58kcal)

3 i 1/4 garści (16g)

**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2061 kcal	Białko ogółem:	74.37 g
Tłuszcz:	61.49 g	Węglowodany ogółem:	315.24 g
Węglowodany przyswajalne:	269.73 g	Błonnik pokarmowy:	28.66 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	29.12 g	Sól:	8 g

wtorek (2024-03-26)	środa (2024-03-27)	czwartek (2024-03-28)	piątek (2024-03-29)	sobota (2024-03-30)	niedziela (2024-03-31)	poniedziałek (2024-04-01)
08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie
Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Zupa ml z kasz jaglanej 250ml S(1,7) Ser gouda, tłusty Sałata Jabłko Marchew, gotowana w wodzie	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Kasza kukurydzy na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Pomidor Kiełbasa Krakowska podsusz. S (6) Kiwi Sałata	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Jaja gotowane Mandarynki Sałata Marchew, gotowana w wodzie	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) Ser bia z kef 60g S(7) Jabłko Kalafior, gotowany w wodzie Sałata	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Pomidor Dżem truskawkowy, niskosłodzony Sałata Kasz kuskus na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10)	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Polędwica sopocka S (6) Jaja gotowane Kiwi Sałata Marchew, gotowana w wodzie	Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełbasa Senatorska S (6) Jabłko Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Sałata Kalafior, gotowany w wodzie
10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie
Drożdżówka z jabłkiem	Biszkopty "Petitki" - LU	Biszkopty	Drożdżówka z serem	Napój jabłkowy	Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu	Biszkopty
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 Szpinakowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Bur z jabł 150g S	Kompot owoc 250ml S Cukier Barszcz czer z jarz 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Klus z mięs 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11) March z pary 180g D S	Kompot owoc 250ml S Cukier Ziemniaki, gotowane w wodzie Pulpet gotowany drobiowy 80g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sos pomid S(1,3,6,7,8,9,10,11) Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sał z kef 60g S(7)	Kompot owoc 250ml S Ziemniaki, gotowane w wodzie Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Cukier Ryba na parz 80g S(4) Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Cukier Marchewkowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Makaron z ser 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Jabł piecz 150g S	Kompot owoc 250ml S Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie Pomidorowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Piecz wiep dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Cukier Ziemniaki, gotowane w wodzie Pomidorowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Jarzyny z pary S, D (9)
15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek
Banan	Kisiel z jabł 200ml S	Kal z march na parz 150g (podw) S	Budyń na ml 150ml S Cukier	Chrupki kukurydziane	Brok z march na parz 150g (podw) S	Napój jabłkowy
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 Kiełbasa krakowska, sucha Sałata Kalafior, gotowany w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Polędwica drobiowa S (6) Sałata Brokuły, gotowane w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełbasa kminkowa S (6) Pomidor Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Past z jaj 60g S(3,10) Marchew, gotowana w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Ser topiony, edamski Kalafior, gotowany w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Schab z becзки S (6) Pomidor Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Schab z becзки S (6) Jabł piecz 150g S Sałata Pomidor
Energia: Kcal 2138 = 8948 kJ Kcal z tłuszczu 27,82 % Kcal z białka 13,59 % Kcal z węglowodanów 60,45 %	Energia: Kcal 2173 = 9091 kJ Kcal z tłuszczu 25,26 % Kcal z białka 13,38 % Kcal z węglowodanów 63,40 %	Energia: Kcal 2065 = 8637 kJ Kcal z tłuszczu 25,73 % Kcal z białka 13,98 % Kcal z węglowodanów 62,45 %	Energia: Kcal 2176 = 9105 kJ Kcal z tłuszczu 26,38 % Kcal z białka 15,38 % Kcal z węglowodanów 59,80 %	Energia: Kcal 2021 = 8467 kJ Kcal z tłuszczu 24,39 % Kcal z białka 11,00 % Kcal z węglowodanów 65,87 %	Energia: Kcal 2000 = 8367 kJ Kcal z tłuszczu 29,89 % Kcal z białka 15,19 % Kcal z węglowodanów 57,38 %	Energia: Kcal 2061 = 8627 kJ Kcal z tłuszczu 26,85 % Kcal z białka 14,43 % Kcal z węglowodanów 61,18 %

wtorek (2024-03-26)	środa (2024-03-27)	czwartek (2024-03-28)	piątek (2024-03-29)	sobota (2024-03-30)	niedziela (2024-03-31)	poniedziałek (2024-04-01)
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
Biszkopty "Petitki" - LU	Budyń na ml 150ml S	Banan	Kisiel z jabł 200ml S	Banan	Biszkopty	Chrupki kukurydziane
Energia: Kcal 2138 = 8948 kJ Kcal z tłuszczu 27,82 % Kcal z białka 13,59 % Kcal z węglowodanów 60,45 %	Energia: Kcal 2173 = 9091 kJ Kcal z tłuszczu 25,26 % Kcal z białka 13,38 % Kcal z węglowodanów 63,40 %	Energia: Kcal 2065 = 8637 kJ Kcal z tłuszczu 25,73 % Kcal z białka 13,98 % Kcal z węglowodanów 62,45 %	Energia: Kcal 2176 = 9105 kJ Kcal z tłuszczu 26,38 % Kcal z białka 15,38 % Kcal z węglowodanów 59,80 %	Energia: Kcal 2021 = 8467 kJ Kcal z tłuszczu 24,39 % Kcal z białka 11,00 % Kcal z węglowodanów 65,87 %	Energia: Kcal 2000 = 8367 kJ Kcal z tłuszczu 29,89 % Kcal z białka 15,19 % Kcal z węglowodanów 57,38 %	Energia: Kcal 2061 = 8627 kJ Kcal z tłuszczu 26,85 % Kcal z białka 14,43 % Kcal z węglowodanów 61,18 %