
02.04.2024 (wtorek)
► 08:00 Śniadanie (812kcal)

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)
Ser gouda, tłusty (127kcal)	1 i 2/3 plastra (40g)
Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (107 kcal)	0.5 porcji
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kiwi (42kcal)	1 sztuka (70g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

► 10:00 II Śniadanie (133kcal)

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

► 12:00 Obiad (480kcal)

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)
Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (69 kcal)	0.5 porcji
Jajo sadzone 50g D S(3,) (106 kcal)	1 porcja
Seler z pary 150g D(9,) (76 kcal)	0.5 porcji

► 15:00 Podwieczorek (107kcal)

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

► 17:00 Kolacja (426kcal)

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (30kcal)	1/3 plastra (4g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Kiełbasa krakowska, sucha (93kcal)	6 plastrów (30g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Brokuły, gotowane w wodzie (12kcal)	1/2 porcji (50g)


► 20:00 Posiłek nocny (78kcal)

Biskopki "Petitki" - LU (78kcal)

6 i 2/3 sztuki (20g)

**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2036 kcal	Białko ogółem:	68.42 g
Tłuszcz:	61.33 g	Węglowodany ogółem:	311.11 g
Węglowodany przyswajalne:	207.99 g	Błonnik pokarmowy:	25.85 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	27 g	Sól:	6.73 g


03.04.2024 (środa)
► 08:00 Śniadanie (711kcal)

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 (83 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Jaja gotowane (70kcal)	1 sztuka (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)

► 10:00 II Śniadanie (78kcal)

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

► 12:00 Obiad (576kcal)

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) (109 kcal)	0.5 porcji
Potraw z kurcz 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (200 kcal)	0.5 porcji
Ryż biały, gotowany (180kcal)	1 i 1/4 szklanki (150g)

► 15:00 Podwieczorek (94kcal)

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

► 17:00 Kolacja (446kcal)

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)
Kiełbasa Szynkowa S(6) (35kcal)	30g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► 20:00 Posiłek nocny (107kcal)

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

 **Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2012 kcal	Białko ogółem:	64.39 g
Tłuszcz:	55.11 g	Węglowodany ogółem:	323.03 g
Węglowodany przyswajalne:	234.38 g	Błonnik pokarmowy:	23.77 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	25.77 g	Sól:	5.05 g


04.04.2024 (czwartek)

► 08:00 Śniadanie (760kcal)

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)
Pasztet podlaski z kurczaka (91kcal)	2 i 1/2 łyżki (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Mandarynki (27kcal)	1 sztuka (60g)
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	1/8 porcji (50g)

► 10:00 II Śniadanie (70kcal)

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

► 12:00 Obiad (591kcal)

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)
Lane ciast na ros 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (86 kcal)	0.5 porcji
Fil z indyka na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) (208 kcal)	1 porcja
Brokuł z march z pary 180g D S (68 kcal)	1 porcja

► 15:00 Podwieczorek (87kcal)

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

► 17:00 Kolacja (448kcal)

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
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)


► 20:00 Posiłek nocny (58kcal)

Chrupki kukurydziane (58kcal)

3 i 1/4 garści (16g)

**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2014 kcal	Białko ogółem:	87.64 g
Tłuszcz:	61.79 g	Węglowodany ogółem:	288.18 g
Węglowodany przyswajalne:	199.1 g	Błonnik pokarmowy:	31.63 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	23.24 g	Sól:	6.63 g


05.04.2024 (piątek)
► 08:00 Śniadanie (781kcal)

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)
Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) (123 kcal)	0.5 porcji
Dżem truskawkowy, niskosłodzony (77kcal)	3 i 1/3 łyżeczki (50g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)

► 10:00 II Śniadanie (109kcal)

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

► 12:00 Obiad (495kcal)

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
Pulp na parz z ryb 80g D S(1,3,4,6,7,9,10,11) (174 kcal)	1 porcja
Ryżowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (68 kcal)	0.5 porcji

► 15:00 Podwieczorek (150kcal)

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

► 17:00 Kolacja (435kcal)

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
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Ser bia z kef 60g S(7) (89 kcal)	1 porcja
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	1/8 porcji (50g)

► 20:00 Posiłek nocny (107kcal)

Banan (107kcal)

1 sztuka (110g)



**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2077 kcal	Białko ogółem:	72.89 g
Tłuszcz:	54.18 g	Węglowodany ogółem:	334.22 g
Węglowodany przyswajalne:	247.66 g	Błonnik pokarmowy:	27.07 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	27.36 g	Sól:	6.02 g


06.04.2024 (sobota)
► 08:00 Śniadanie (650kcal)

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)
Kiełbasa Kresowiak S (6,9) (46kcal)	30g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) (108 kcal)	0.5 porcji
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)

► 10:00 II Śniadanie (76kcal)

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

► 12:00 Obiad (737kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Łazan z kiełb i jarz 350g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (531 kcal)	1 porcja
Zalewajka z jajkiem na kefirze 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (119 kcal)	0.5 porcji

► 15:00 Podwieczorek (58kcal)

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

► 17:00 Kolacja (442kcal)

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 tatrzańska S(6) (94kcal)	30g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Brokuły, gotowane w wodzie (12kcal)	1/2 porcji (50g)

► 20:00 Posiłek nocny (94kcal)

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

 **Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2057 kcal	Białko ogółem:	63.43 g
Tłuszcz:	61.5 g	Węglowodany ogółem:	320.53 g
Węglowodany przyswajalne:	254.54 g	Błonnik pokarmowy:	23.61 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	26.96 g	Sól:	7.06 g


07.04.2024 (niedziela)
► 08:00 Śniadanie (568kcal)

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
Kiwi (42kcal)	1 sztuka (70g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)

► 10:00 II Śniadanie (92kcal)

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

► 12:00 Obiad (744kcal)

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 (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) (142 kcal)	1 porcja
March got 180g D S (231 kcal)	1 porcja

► 15:00 Podwieczorek (92kcal)

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

► 17:00 Kolacja (457kcal)

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 podsusz. S (6) (51kcal)	40g
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:	2031 kcal	Białko ogółem:	75.04 g
Tłuszcz:	56.14 g	Węglowodany ogółem:	321.53 g
Węglowodany przyswajalne:	270.01 g	Błonnik pokarmowy:	34.76 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	22.38 g	Sól:	9.81 g


08.04.2024 (poniedziałek)

► 08:00 Śniadanie (726kcal)

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)
Schab z beczki S (34kcal)	30g
Zupa ml z mak 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (156 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)

► 10:00 II Śniadanie (85kcal)

Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)
-----------------	-----------------

► 12:00 Obiad (646kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Sał z kef 60g S(7) (23 kcal)	0.5 porcji
Jarzynowa 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (108 kcal)	0.5 porcji
Gulasz wiep z jarz150g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (267 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (161kcal)	1 szklanka (150g)

► 15:00 Podwieczorek (70kcal)

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

► 17:00 Kolacja (500kcal)

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 bia z kef 60g S(7) (89 kcal)	1 porcja
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

► 20:00 Posiłek nocny (150kcal)

Budyń na ml 150ml S (150 kcal)

1 porcja

**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2177 kcal	Białko ogółem:	80.18 g
Tłuszcz:	64.9 g	Węglowodany ogółem:	327.63 g
Węglowodany przyswajalne:	243.81 g	Błonnik pokarmowy:	27.55 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	33.48 g	Sól:	7.89 g

wtorek (2024-04-02)	środa (2024-04-03)	czwartek (2024-04-04)	piątek (2024-04-05)	sobota (2024-04-06)	niedziela (2024-04-07)	poniedziałek (2024-04-08)
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 Ser gouda, tłusty Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sałata Kiwi Pomidor	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Kasza kukurydż na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Jaja gotowane Sałata Marchew, gotowana w wodzie	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 Pasztet podlaski z kurczaka Sałata Mandarynki Kalafior, gotowany w wodzie	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) Dżem truskawkowy, niskosłodzony Pomidor Sałata Jabłko	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Kiełbasa Kresowiak S (6,9) Sałata Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) Marchew, gotowana w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Schab z beczi S (6) Kiwi Sałata Jabłko	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Schab z beczi S Zupa ml z mak 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sałata Marchew, gotowana 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 serem	Biszkopty "Petitki" - LU	Biszkopty	Drożdżówka z jabłkiem	Napój jabłkowy	Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu	Jabłko
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 Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Jajo sadzone 50g D S(3,) Seler z pary 150g D(9,)	Kompot owoc 250ml S Cukier Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Potraw z kurcz 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ryż biały, gotowany	Kompot owoc 250ml S Cukier Ziemniaki, gotowane w wodzie Lane ciast na ros 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Fil z indyka na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) Brokuł z march z pary 180g D S	Kompot owoc 250ml S Ziemniaki, gotowane w wodzie Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Pulp na parz z ryb 80g D S(1,3,4,6,7,9,10,11) Ryżowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Cukier Łazan z kiełb i jarz 350g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Zalewajka z jajkiem na kefirze 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie Cukier Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) March got 180g D S	Kompot owoc 250ml S Cukier Sał z kef 60g S(7) Jarzynowa 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Gulasz wiep z jarz 150g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana
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	Chrupki kukurydziane	Brok z march na parz 150g (podw) S	Biszkopty
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 Brokuły, gotowane w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Pomidor Kiełbasa Szykowa S(6) Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełbasa kminkowa S (6) Sałata Marchew, gotowana w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Ser bia z kef 60g S(7) Kalafior, gotowany w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełbasa tatrzańska S(6) Sałata Brokuły, gotowane w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełbasa Krakowska podsusz. S (6) Sałata Kalafior, gotowany w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Ser bia z kef 60g S(7) Pomidor
Energia: Kcal 2036 = 8530 kJ Kcal z tłuszczu 27,11 % Kcal z białka 13,44 % Kcal z węglowodanów 61,12 %	Energia: Kcal 2012 = 8435 kJ Kcal z tłuszczu 24,65 % Kcal z białka 12,80 % Kcal z węglowodanów 64,22 %	Energia: Kcal 2014 = 8426 kJ Kcal z tłuszczu 27,61 % Kcal z białka 17,41 % Kcal z węglowodanów 57,24 %	Energia: Kcal 2077 = 8704 kJ Kcal z tłuszczu 23,48 % Kcal z białka 14,04 % Kcal z węglowodanów 64,37 %	Energia: Kcal 2057 = 8615 kJ Kcal z tłuszczu 26,91 % Kcal z białka 12,33 % Kcal z węglowodanów 62,33 %	Energia: Kcal 2031 = 8507 kJ Kcal z tłuszczu 24,88 % Kcal z białka 14,78 % Kcal z węglowodanów 63,32 %	Energia: Kcal 2177 = 9108 kJ Kcal z tłuszczu 26,83 % Kcal z białka 14,73 % Kcal z węglowodanów 60,20 %

wtorek (2024-04-02)	środa (2024-04-03)	czwartek (2024-04-04)	piątek (2024-04-05)	sobota (2024-04-06)	niedziela (2024-04-07)	poniedziałek (2024-04-08)
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	Banan	Chrupki kukurydziane	Banan	Kisiel z jabł 200ml S	Biszkopty "Petitki" - LU	Budyń na ml 150ml S
Energia: Kcal 2036 = 8530 kJ Kcal z tłuszczu 27,11 % Kcal z białka 13,44 % Kcal z węglowodanów 61,12 %	Energia: Kcal 2012 = 8435 kJ Kcal z tłuszczu 24,65 % Kcal z białka 12,80 % Kcal z węglowodanów 64,22 %	Energia: Kcal 2014 = 8426 kJ Kcal z tłuszczu 27,61 % Kcal z białka 17,41 % Kcal z węglowodanów 57,24 %	Energia: Kcal 2077 = 8704 kJ Kcal z tłuszczu 23,48 % Kcal z białka 14,04 % Kcal z węglowodanów 64,37 %	Energia: Kcal 2057 = 8615 kJ Kcal z tłuszczu 26,91 % Kcal z białka 12,33 % Kcal z węglowodanów 62,33 %	Energia: Kcal 2031 = 8507 kJ Kcal z tłuszczu 24,88 % Kcal z białka 14,78 % Kcal z węglowodanów 63,32 %	Energia: Kcal 2177 = 9108 kJ Kcal z tłuszczu 26,83 % Kcal z białka 14,73 % Kcal z węglowodanów 60,20 %