
**09.04.2024 (wtorek)**
**► 08:00 Śniadanie (770kcal)**

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)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

**► 10:00 II Śniadanie (109kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (618kcal)**

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)
Kukurydziana 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (66 kcal)	0.5 porcji
Bitka wieprzowa z szynki dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (247 kcal)	1 porcja
Bur z jabł 150g S (76 kcal)	0.5 porcji

**► 15:00 Podwieczorek (107kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (469kcal)**

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)
Brokuły, gotowane w wodzie (12kcal)	1/2 porcji (50g)
Kielbasa z fileta/Schinkenwurst S(6) (61kcal)	30g

**► 20:00 Posiłek nocny (78kcal)**

Biskopki "Petitki" - LU (78kcal)

6 i 2/3 sztuki (20g)

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2151 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	76.09 g
<b>Tłuszcz:</b>	68.12 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	317.61 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	207.87 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	24.48 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	34.53 g	<b>Sól:</b>	6.91 g


**10.04.2024 (środa)**
**► 08:00 Śniadanie (795kcal)**

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)
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)
Jaja gotowane (70kcal)	1 sztuka (50g)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kalafior (14kcal)	1/4 porcji (50g)

**► 10:00 II Śniadanie (70kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (534kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Szpinakowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (104 kcal)	0.5 porcji
Udko got 70g S(1,6,7,8,9,10,11) (127 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)
Jarzyny z pary S, D (9) (74 kcal)	0.5 porcji

**► 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
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

**► 20:00 Posiłek nocny (192kcal)**

kanapka z serem białym i rzodkiewka S(1,7) (192 kcal)

1 porcja

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2131 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	74.41 g
<b>Tłuszcz:</b>	65.54 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	321.03 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	229.35 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	27.64 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	30.95 g	<b>Sól:</b>	5.14 g


**11.04.2024** (czwartek)

**► 08:00 Śniadanie (698kcal)**

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 (43 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)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

**► 10:00 II Śniadanie (78kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (662kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Barszcz czer z jarz 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (123 kcal)	0.5 porcji
Pierogi leniwe 250g S(1,3,7) (452 kcal)	1 porcja
Sur z march i jab na kef 250g S(7) (80 kcal)	0.5 porcji

**► 15:00 Podwieczorek (87kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (405kcal)**

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 (43 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Brokuły, gotowane w wodzie (12kcal)	1/2 porcji (50g)
Kiełbasa kminkowa S (6) (37kcal)	30g

**► 20:00 Posiłek nocny (94kcal)**

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

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2024 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	61.76 g
<b>Tłuszcz:</b>	57.32 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	326.85 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	237.9 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	31.23 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	24.46 g	<b>Sól:</b>	5.41 g


**12.04.2024 (piątek)**
**► 08:00 Śniadanie (708kcal)**

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)
Ser bia z kef 60g S(7) (89 kcal)	1 porcja
Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) (123 kcal)	0.5 porcji
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)

**► 10:00 II Śniadanie (133kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (538kcal)**

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 (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Ryba na parz 80g S(4) (74 kcal)	1 porcja
Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (131 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 (508kcal)**

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 (43 kcal)	1 porcja
Sałata (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Past z jaj 60g S(3,10) (136 kcal)	1 porcja
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

## ▶ 20:00 Posiłek nocny (107kcal)


Banan (107kcal)

1 sztuka (110g)

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2164 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	84.1 g
<b>Tłuszcz:</b>	63.96 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	320.68 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	232.77 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	25.08 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	30.1 g	<b>Sól:</b>	6.23 g




**13.04.2024 (sobota)**
**► 08:00 Śniadanie (679kcal)**

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)
Kiełbasa krotoszyńska S (6) (35kcal)	30g
Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) (108 kcal)	0.5 porcji
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

**► 10:00 II Śniadanie (76kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (518kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (112 kcal)	0.5 porcji
Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) (142 kcal)	1 porcja
March z pary 180g D S (35 kcal)	0.5 porcji
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)

**► 15:00 Podwieczorek (58kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (521kcal)**

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 tatrzańska S(6) (94kcal)	30g
Buraki, gotowane (31kcal)	2/3 sztuki (70g)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

**► 20:00 Posiłek nocny (150kcal)**

Budyń na ml 150ml S (150 kcal)

1 porcja

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2002 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	70.16 g
<b>Tłuszcz:</b>	58.21 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	307.48 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	235.85 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	24.4 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	27.02 g	<b>Sól:</b>	6.67 g


**14.04.2024 (niedziela)**
**► 08:00 Śniadanie (593kcal)**

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)
Kiełbasa Senatorska S (6) (181kcal)	80g
Brokuły (16kcal)	1/8 sztuki (50g)

**► 10:00 II Śniadanie (92kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (685kcal)**

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)
Piecz wiep dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (310 kcal)	1 porcja
Bur na gor 150g S (75 kcal)	0.5 porcji

**► 15:00 Podwieczorek (92kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (546kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Jabłka pieczone (189kcal)	1 sztuka (170g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kiełbasa Krakowska podsusz. S (6) (51kcal)	40g
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

**► 20:00 Posiłek nocny (78kcal)**

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

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2086 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	76.89 g
<b>Tłuszcz:</b>	65.56 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	309.67 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	263.57 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	28.66 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	27.63 g	<b>Sól:</b>	8.12 g


**15.04.2024** (poniedziałek)

**► 08:00 Śniadanie (683kcal)**

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)
Połudwica drobiowa S (6) (24kcal)	30g
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)
Zupa ml z mak 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (78 kcal)	0.5 porcji
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)

**► 10:00 II Śniadanie (78kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (652kcal)**

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
Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (107 kcal)	0.5 porcji
Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (247 kcal)	1 porcja

**► 15:00 Podwieczorek (76kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (461kcal)**

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 (43 kcal)	1 porcja
Salata (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Ser bia z kef 60g S(7) (89 kcal)	1 porcja
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

---

**► 20:00 Posiłek nocny (107kcal)**

Banan (107kcal)

1 sztuka (110g)

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2057 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	74.8 g
<b>Tłuszcz:</b>	58.48 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	318.22 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	234.47 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	26.85 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	28.9 g	<b>Sól:</b>	6.58 g

---

wtorek (2024-04-09)	środa (2024-04-10)	czwartek (2024-04-11)	piątek (2024-04-12)	sobota (2024-04-13)	niedziela (2024-04-14)	poniedziałek (2024-04-15)
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 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 Jabłko Jaja gotowane Sałata Kalafior	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 Pomidor	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Ser bia z kef 60g S(7) Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) 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 Pomidor Kielbasa krotoszyńska S (6) Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Kielbasa Senatorska S (6) Brokuły	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Poledwica drobiowa S (6) Jabłko 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 jabłkiem	Biszkopty	Biszkopty "Petitki" - LU	Drożdżówka z serem	Napój jabłkowy	Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu	Biszkopty "Petitki" - LU
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 Kukurydziana 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Bitka wieprzowa z szynki dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Bur z jabł 150g S	Kompot owoc 250ml S Cukier Szpinakowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Udko got 70g S(1,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie Jarzyny z pary S, D (9)	Kompot owoc 250ml S Barszcz czer z jarz 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Pierogi leniwe 250g S(1,3,7) Sur z mar i jab na kef 250g 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) Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Cukier Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) March z pary 180g D S Ziemniaki, gotowane w wodzie	Kompot owoc 250ml S Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie Cukier Piecz wiep dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Bur na gor 150g S	Kompot owoc 250ml S Cukier Ziemniaki, gotowane w wodzie Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sos jarzyn D 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)
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 Sałata Brokuły, gotowane w wodzie Kielbasa z fileta/Schinkenwurst S(6)	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Pomidor Kielbasa Szynkowa S(6) Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Brokuły, gotowane w wodzie Kielbasa kminkowa S (6)	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Past z jaj 60g S(3,10) Pomidor	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kielbasa tatrzańska S(6) Buraki, gotowane Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Herbata słod 250ml S Jabłka pieczone Sałata Kielbasa Krakowska podsusz. S (6) Pomidor	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Ser bia z kef 60g S(7) Pomidor
<b>Energia:</b> Kcal 2151 = 9003 kJ Kcal z tłuszczu 28,50 % Kcal z białka 14,15 % Kcal z węglowodanów 59,06 %	<b>Energia:</b> Kcal 2131 = 8918 kJ Kcal z tłuszczu 27,68 % Kcal z białka 13,97 % Kcal z węglowodanów 60,26 %	<b>Energia:</b> Kcal 2024 = 8489 kJ Kcal z tłuszczu 25,49 % Kcal z białka 12,21 % Kcal z węglowodanów 64,59 %	<b>Energia:</b> Kcal 2164 = 9063 kJ Kcal z tłuszczu 26,60 % Kcal z białka 15,55 % Kcal z węglowodanów 59,28 %	<b>Energia:</b> Kcal 2002 = 8380 kJ Kcal z tłuszczu 26,17 % Kcal z białka 14,02 % Kcal z węglowodanów 61,43 %	<b>Energia:</b> Kcal 2086 = 8733 kJ Kcal z tłuszczu 28,29 % Kcal z białka 14,74 % Kcal z węglowodanów 59,38 %	<b>Energia:</b> Kcal 2057 = 8627 kJ Kcal z tłuszczu 25,59 % Kcal z białka 14,55 % Kcal z węglowodanów 61,88 %

<b>wtorek (2024-04-09)</b>	<b>środa (2024-04-10)</b>	<b>czwartek (2024-04-11)</b>	<b>piątek (2024-04-12)</b>	<b>sobota (2024-04-13)</b>	<b>niedziela (2024-04-14)</b>	<b>poniedziałek (2024-04-15)</b>
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	kanapka z serem białym i rzodkiewka S(1,7)	Kisiel z jabł 200ml S	Banan	Budyń na ml 150ml S	Biszkopty "Petitki" - LU	Banan
<b>Energia:</b> Kcal <b>2151 = 9003 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>28,50 %</b> Kcal z białka <b>14,15 %</b> Kcal z węglowodanów <b>59,06 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2131 = 8918 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>27,68 %</b> Kcal z białka <b>13,97 %</b> Kcal z węglowodanów <b>60,26 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2024 = 8489 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>25,49 %</b> Kcal z białka <b>12,21 %</b> Kcal z węglowodanów <b>64,59 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2164 = 9063 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>26,60 %</b> Kcal z białka <b>15,55 %</b> Kcal z węglowodanów <b>59,28 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2002 = 8380 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>26,17 %</b> Kcal z białka <b>14,02 %</b> Kcal z węglowodanów <b>61,43 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2086 = 8733 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>28,29 %</b> Kcal z białka <b>14,74 %</b> Kcal z węglowodanów <b>59,38 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2057 = 8627 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>25,59 %</b> Kcal z białka <b>14,55 %</b> Kcal z węglowodanów <b>61,88 %</b>