


**21.05.2024 (wtorek)**
**► 08:00 Śniadanie (744kcal)**

Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal)	0.5 porcji
Herbata słod 250ml S (51 kcal)	1 porcja
Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) (111 kcal)	0.5 porcji
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Dżem truskawkowy, niskosłodzony (46kcal)	2 łyżeczki (30g)
Bułki i rogalie maślane (262kcal)	1 i 1/2 sztuki (80g)
Ser gouda (95kcal)	1 i 1/4 plastra (30g)

**► 10:00 II Śniadanie (105kcal)**

Jogurt bananowy, 1.5% tłuszczu (105kcal)	10 łyżeczek (150g)
--	--------------------

**► 12:00 Obiad (691kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)
Pomidorowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (85 kcal)	0.5 porcji
Udko got 70g S(1,6,7,8,9,10,11) (127 kcal)	1 porcja
Kalafior z march z pary 180g D S (102 kcal)	1 porcja
Ryż biały, gotowany (180kcal)	1 i 1/4 szklanki (150g)

**► 15:00 Podwieczorek (32kcal)**

Mandarynki (32kcal)	1 sztuka (70g)
---------------------	----------------

**► 17:00 Kolacja (424kcal)**

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 (51 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Polędwica sopocka S (6) (48kcal)	40g
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**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2146 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	78.51 g
<b>Tłuszcz:</b>	64.04 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	323.9 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	295.39 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	24.39 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	31.94 g	<b>Sól:</b>	7.42 g


**22.05.2024 (środa)**
**► 08:00 Śniadanie (632kcal)**

Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal)	0.5 porcji
Herbata słod 250ml S (51 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) (114 kcal)	0.5 porcji
Jaja gotowane (70kcal)	1 sztuka (50g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

**► 10:00 II Śniadanie (106kcal)**

Drożdżówka z serem (106kcal)	1/3 sztuki (40g)
------------------------------	------------------

**► 12:00 Obiad (628kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
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
Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (212 kcal)	1 porcja
Bur na gor 150g S (150 kcal)	1 porcja

**► 15:00 Podwieczorek (94kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (451kcal)**

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 (51 kcal)	1 porcja
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Pasztet podlaski z kurczaka (72kcal)	2 łyżki (40g)

---

**► 20:00 Posiłek nocny (163kcal)**

Kanapka z wędliną S(1,6) (163 kcal)

1 porcja

---

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2074 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	75.07 g
<b>Tłuszcz:</b>	70.55 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	293.88 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	210.56 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	24.8 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	31.45 g	<b>Sól:</b>	7.3 g

---


**23.05.2024** (czwartek)

**► 08:00 Śniadanie (693kcal)**

Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal)	0.5 porcji
Herbata słod 250ml S (51 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Schab z beczki S (6) (45kcal)	40g
Zupa ml z kasz jaglanej 250ml S(1,7) (108 kcal)	0.5 porcji
Banan (107kcal)	1 sztuka (110g)

**► 10:00 II Śniadanie (78kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (698kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (131 kcal)	0.5 porcji
Pierogi leniwe 250g S(1,3,7) (432 kcal)	1 porcja
Sur z mar i jab na kef 250g S(7) (80 kcal)	0.5 porcji

**► 15:00 Podwieczorek (87kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (420kcal)**

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 (11 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kiełbasa z fileta/Schinkenwurst S(6) (81kcal)	40g
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

**► 20:00 Posiłek nocny (80kcal)**

Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal)	1 sztuka (100g)
--------------------------------------	-----------------

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2056 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	64.86 g
<b>Tłuszcz:</b>	53.43 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	338.71 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	239.12 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	30.24 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	26.05 g	<b>Sól:</b>	6.65 g


**24.05.2024 (piątek)**
**► 08:00 Śniadanie (643kcal)**

Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal)	0.5 porcji
Herbata słod 250ml S (51 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Ser bia z kef i koperkiem 60g S(7) (90 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kasza kukurydz na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (105 kcal)	0.5 porcji

**► 10:00 II Śniadanie (75kcal)**

Jabl piecz 150g S (75 kcal)	1 porcja
-----------------------------	----------

**► 12:00 Obiad (612kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (208 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Ryba na parz 80g S(4) (74 kcal)	1 porcja
Jarzynowa 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (108 kcal)	0.5 porcji
Kasza jaglana, gotowana (167kcal)	3/4 szklanki (150g)

**► 15:00 Podwieczorek (80kcal)**

Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal)	1 sztuka (100g)
--------------------------------------	-----------------

**► 17:00 Kolacja (515kcal)**

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

**► 20:00 Posiłek nocny (94kcal)**

Kisiel z jabł 200ml S (94 kcal)

1 porcja

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2019 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	74.78 g
<b>Tłuszcz:</b>	62.87 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	297.88 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	205.67 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	28.33 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	27.54 g	<b>Sól:</b>	6.89 g




**25.05.2024 (sobota)**
**► 08:00 Śniadanie (605kcal)**

Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal)	0.5 porcji
Herbata słod 250ml S (51 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
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kiełbasa kminkowa S (6) (49kcal)	40g
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

**► 10:00 II Śniadanie (32kcal)**

Mandarynki (32kcal)	1 sztuka (70g)
---------------------	----------------

**► 12:00 Obiad (825kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Ryżowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (136 kcal)	1 porcja
Zapiekanki z ziemniakami i jajkami 350g D S(3,6,7,8,9,10,11) (427 kcal)	1 porcja
Kefir, 2% tłuszczu (100kcal)	3/4 szklanki (200ml)
Banan (107kcal)	1 sztuka (110g)

**► 15:00 Podwieczorek (73kcal)**

Sur z marmeladą i jabłkami 150g (podw) S(7) (73 kcal)	1 porcja
---	----------

**► 17:00 Kolacja (422kcal)**

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 (51 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Szynka gotowana S (6) (44kcal)	40g
Kalafior (14kcal)	1/4 porcji (50g)

**► 20:00 Posiłek nocny (80kcal)**

Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal)

1 sztuka (100g)

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2037 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	72.53 g
<b>Tłuszcz:</b>	50.5 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	332.99 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	246.61 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	30.64 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	26.08 g	<b>Sól:</b>	8.93 g


**26.05.2024 (niedziela)**
**► 08:00 Śniadanie (638kcal)**

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 (51 kcal)	1 porcja
Kiełbasa Senatorska S (6) (181kcal)	80g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (92kcal)	6 łyżek (150g)
Napój jabłkowy (76kcal)	3/4 szklanki (200ml)

**► 10:00 II Śniadanie (42kcal)**

Kiwi (42kcal)	1 sztuka (70g)
---------------	----------------

**► 12:00 Obiad (718kcal)**

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 (48kcal)	1 łyżka (12g)
Bur z jabł 150g S (197 kcal)	1 porcja
Fil z indyka na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) (253 kcal)	1 porcja

**► 15:00 Podwieczorek (63kcal)**

Brok z march na parz 150g (podw) S (63 kcal)	1 porcja
--	----------

**► 17:00 Kolacja (530kcal)**

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 (51 kcal)	1 porcja
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Ser topiony, edamski (151kcal)	3 i 1/3 łyżeczki (50g)

► 20:00 Posiłek nocny (70kcal)

Biszkopty (70kcal)

6 i 2/3 sztuki (20g)



**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2061 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	87.9 g
<b>Tłuszcz:</b>	73.65 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	274.08 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	230.78 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	27.55 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	27.6 g	<b>Sól:</b>	8.86 g


**27.05.2024 (poniedziałek)**
**► 08:00 Śniadanie (574kcal)**

Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal)	0.5 porcji
Herbata słod 250ml S (51 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Zupa ml z mak 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (78 kcal)	0.5 porcji
Polędwica sopocka S (6) (48kcal)	40g
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

**► 10:00 II Śniadanie (80kcal)**

Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal)	1 sztuka (100g)
--------------------------------------	-----------------

**► 12:00 Obiad (746kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Potraw z kurcz 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (399 kcal)	1 porcja
Ryż biały, gotowany (180kcal)	1 i 1/4 szklanki (150g)
Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (112 kcal)	0.5 porcji

**► 15:00 Podwieczorek (107kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (468kcal)**

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 (51 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 (144kcal)**

Kaszka manna Wypasiona Mlekovita 150 g S (1, 7) (144kcal)	1 sztuka (150g)
---	-----------------

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2119 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	88.03 g
<b>Tłuszcz:</b>	65.35 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	301.51 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	200.12 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	23.87 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	28.75 g	<b>Sól:</b>	6.27 g

<b>wtorek (2024-05-21)</b>	<b>środa (2024-05-22)</b>	<b>czwartek (2024-05-23)</b>	<b>piątek (2024-05-24)</b>	<b>sobota (2024-05-25)</b>	<b>niedziela (2024-05-26)</b>	<b>poniedziałek (2024-05-27)</b>
<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>
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) Sałata Pomidor Dżem truskawkowy, niskosłodzony Bułki i rogalce maślane Ser gouda	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Sałata Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) Jaja gotowane Pomidor	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Sałata Schab z becзки S (6) Zupa ml z kasz jaglanej 250ml S(1,7) Banan	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Pomidor Ser bia z kef i koperkiem 60g S(7) Sałata Kasza kukurydz na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10)	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) Sałata Kielbasa kminkowa S (6) Pomidor	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kielbasa Senatorska S (6) Sałata Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu Napój jabłkowy	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Sałata Zupa ml z mak 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Połudwica sopocka S (6) Pomidor
<b>10:00 II Śniadanie</b>	<b>10:00 II Śniadanie</b>	<b>10:00 II Śniadanie</b>	<b>10:00 II Śniadanie</b>	<b>10:00 II Śniadanie</b>	<b>10:00 II Śniadanie</b>	<b>10:00 II Śniadanie</b>
Jogurt bananowy, 1.5% tłuszczu	Drożdżówka z serem	Biszkopty "Petitki" - LU	Jabł piecz 150g S	Mandarynki	Kiwi	Mus owocowy pasteryzowany S
<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>
Kompot owoc 250ml S Cukier Ziemniaki, gotowane w wodzie Pomidorowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Udko got 70g S(1,6,7,8,9,10,11) Kalafior z march z pary 180g D S Ryż biały, gotowany	Kompot owoc 250ml S Cukier Ziemniaki, gotowane w wodzie Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Bitka schab dusz w sos wt 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Bur na gor 150g S	Kompot owoc 250ml S Cukier Krupnik 300ml 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 Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Cukier Ryba na parz 80g S(4) Jarzynowa 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Kasza jaglana, gotowana	Kompot owoc 250ml S Cukier Ryżowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Zapiekany z ziemn z jajk 350g D S(3,6,7,8,9,10,11) Kefir, 2% tłuszczu Banan	Kompot owoc 250ml S Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie Cukier Bur z jabł 150g S Fil z indyka na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Cukier Potraw z kurcz 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ryż biały, gotowany Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)
<b>15:00 Podwieczorek</b>	<b>15:00 Podwieczorek</b>	<b>15:00 Podwieczorek</b>	<b>15:00 Podwieczorek</b>	<b>15:00 Podwieczorek</b>	<b>15:00 Podwieczorek</b>	<b>15:00 Podwieczorek</b>
Mandarynki	Kisiel z jabł 200ml S	Kalafior z march na parz 150g (podw) S	Mus owocowy pasteryzowany S	Sur z mar i jab 150g (podw) S(7)	Brok z march na parz 150g (podw) S	Banan
<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>
Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Połudwica sopocka S (6) Brokuły, gotowane w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Pomidor Sałata Paszтет podlaski z kurczaka	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Kielbasa z fileta/Schinkenwurst S(6) Pomidor	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 Sałata Szynka gotowana S (6) Kalafior	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Pomidor Sałata Ser topiony, edamski	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Ser bia z kef 60g S(7) Pomidor

<b>wtorek (2024-05-21)</b>	<b>środa (2024-05-22)</b>	<b>czwartek (2024-05-23)</b>	<b>piątek (2024-05-24)</b>	<b>sobota (2024-05-25)</b>	<b>niedziela (2024-05-26)</b>	<b>poniedziałek (2024-05-27)</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
Budyń na ml 150ml S	Kanapka z wędliną S(1,6)	Mus owocowy pasteryzowany S	Kisiel z jabł 200ml S	Mus owocowy pasteryzowany S	Biszkopty	Kaszka manna Wypasiona Mlekovita 150 g S (1, 7)



wtorek (2024-05-21)	środa (2024-05-22)	czwartek (2024-05-23)	piątek (2024-05-24)	sobota (2024-05-25)	niedziela (2024-05-26)	poniedziałek (2024-05-27)
<b>Energia:</b> Kcal <b>2146 = 9001 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>26,86 %</b> Kcal z białka <b>14,63 %</b> Kcal z węglowodanów <b>60,37 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2074 = 8689 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>30,61 %</b> Kcal z białka <b>14,48 %</b> Kcal z węglowodanów <b>56,68 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2056 = 8283 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>23,39 %</b> Kcal z białka <b>12,62 %</b> Kcal z węglowodanów <b>65,90 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2019 = 8111 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>28,03 %</b> Kcal z białka <b>14,82 %</b> Kcal z węglowodanów <b>59,02 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2037 = 8203 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>22,31 %</b> Kcal z białka <b>14,24 %</b> Kcal z węglowodanów <b>65,39 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2061 = 8622 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>32,16 %</b> Kcal z białka <b>17,06 %</b> Kcal z węglowodanów <b>53,19 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2119 = 7933 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>27,76 %</b> Kcal z białka <b>16,62 %</b> Kcal z węglowodanów <b>56,92 %</b>