



07.05.2024 (wtorek)

## ▶ 08:00 Śniadanie (712kcal)

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                          | 2 plastry (20g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal) | 1 porcja        |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                  | 1 porcja        |
| Bieszczadzkie suchary (176kcal)                 | 3 sztuki (45g)  |
| Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) (222 kcal)       | 1 porcja        |

## ▶ 12:00 Obiad (770kcal)

|   |                       |
|---|-----------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal)                                  | 1 porcja              |
| Cukier (48kcal)   | 1 łyżka (12g)         |
| Jarzyny z pary S (9) (82 kcal)                                | 1 porcja              |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                        | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| Ryżowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (136 kcal)                  | 1 porcja              |
| Piecz wiep dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (355 kcal) | 1 porcja              |

## ▶ 17:00 Kolacja (432kcal)

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                          | 2 plastry (20g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                  | 1 porcja        |
| Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (137 kcal) | 1 porcja        |
| Jaja gotowane (70kcal)                          | 1 sztuka (50g)  |
| Polędwica drobiowa S (6) (24kcal)               | 30g             |

## ▶ 20:00 Posiłek nocny (90kcal)

|  |                      |
|--|----------------------|
| Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (90kcal) | 7 i 1/2 łyżki (150g) |
|--|----------------------|



## Wartości odżywcze

|                                   |           |                     |          |
|-----------------------------------|-----------|---------------------|----------|
| Wartość energetyczna:             | 2004 kcal | Białko ogółem:      | 81.43 g  |
| Tłuszcz:                          | 77.6 g    | Węglowodany ogółem: | 252.94 g |
| Węglowodany przyswajalne:         | 187.63 g  | Błonnik pokarmowy:  | 21.99 g  |
| Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: | 40.34 g   | Sól:                | 10.22 g  |



08.05.2024 (środa)

**► 08:00 Śniadanie (718kcal)**

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                          | 2 plastry (20g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal) | 1 porcja        |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                  | 1 porcja        |
| Bieszczadzkie suchary (176kcal)                 | 3 sztuki (45g)  |
| Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) (228 kcal)        | 1 porcja        |

**► 12:00 Obiad (760kcal)**

|  |                       |
|--|-----------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal)                   | 1 porcja              |
| Cukier (48kcal)                                | 1 łyżka (12g)         |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)         | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| włoszczyzna z pary S(9) (119 kcal)             | 1 porcja              |
| Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (261 kcal)  | 1 porcja              |
| Zraz gotow 80g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (183 kcal) | 1 porcja              |

**► 17:00 Kolacja (444kcal)**

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                          | 2 plastry (20g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                  | 1 porcja        |
| Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (137 kcal) | 1 porcja        |
| Jaja gotowane (70kcal)                          | 1 sztuka (50g)  |
| Polędwica sopocka S (6) (36kcal)                | 30g             |

**► 20:00 Posiłek nocny (116kcal)**

|                         |                      |
|-------------------------|----------------------|
| Sok pomidorowy (36kcal) | 3/4 szklanki (200ml) |
| Sucharki (80kcal)       | 2 sztuki (20g)       |


**Wartości odżywcze**

|  |           |                            |          |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2038 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 73.96 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 70.49 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 285.85 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 197.84 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 25.17 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 36.64 g   | <b>Sól:</b>                | 11.41 g  |



09.05.2024 (czwartek)

**► 08:00 Śniadanie (731kcal)**

|  |                 |
|--|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                             | 2 plastry (20g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)    | 1 porcja        |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                     | 1 porcja        |
| Bieszczadzkie suchary (176kcal)                    | 3 sztuki (45g)  |
| Kasz kuskus na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (241 kcal) | 1 porcja        |

**► 12:00 Obiad (781kcal)**

|   |                       |
|---|-----------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal)  | 1 porcja              |
| Cukier (48kcal)   | 1 łyżka (12g)         |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                                      | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| Bitka wieprzowa z szynki dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (247 kcal) | 1 porcja              |
| Barszcz czer z jarz 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (245 kcal)                 | 1 porcja              |
| Brok z march na parz 150g (podw) S (92 kcal)                                | 1 porcja              |

**► 17:00 Kolacja (446kcal)**

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                          | 2 plastry (20g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                  | 1 porcja        |
| Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (137 kcal) | 1 porcja        |
| Jaja gotowane (70kcal)                          | 1 sztuka (50g)  |
| Kiełbasa Krakowska podsusz. S (6) (38kcal)      | 30g             |

**► 20:00 Posiłek nocny (94kcal)**

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


**Wartości odżywcze**

|  |           |                            |          |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2052 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 79.17 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 68.43 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 287.53 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 197.72 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 24.73 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 35.96 g   | <b>Sól:</b>                | 9.2 g    |



10.05.2024 (piątek)

► **08:00 Śniadanie (700kcal)**

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                                | 2 plastry (20g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)       | 1 porcja        |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                        | 1 porcja        |
| Bieszczadzkie suchary (176kcal)                       | 3 sztuki (45g)  |
| Kasza kukurydz na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (210 kcal) | 1 porcja        |

► **12:00 Obiad (799kcal)**

|  |                       |
|--|-----------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal)                           | 1 porcja              |
| Cukier (48kcal)  | 1 łyżka (12g)         |
| Masło ekstra (150kcal)                                 | 2 plastry (20g)       |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                 | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| Ryba na parz 80g S(4) (74 kcal)                        | 1 porcja              |
| Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (208 kcal)           | 1 porcja              |
| Pomidorowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (170 kcal) | 1 porcja              |

► **17:00 Kolacja (445kcal)**

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                          | 2 plastry (20g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                  | 1 porcja        |
| Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (137 kcal) | 1 porcja        |
| Jaja gotowane (70kcal)                          | 1 sztuka (50g)  |
| Kiełbasa kminkowa S (6) (37kcal)                | 30g             |

► **20:00 Posiłek nocny (80kcal)**

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



**Wartości odżywcze**

|  |           |                            |         |
|--|-----------|----------------------------|---------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2024 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 70.15 g |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 81.65 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 258.2 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 159.62 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 21.43 g |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 43.47 g   | <b>Sól:</b>                | 10.3 g  |


**11.05.2024 (sobota)**
**► 08:00 Śniadanie (705kcal)**

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                              | 2 plastry (20g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)     | 1 porcja        |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                      | 1 porcja        |
| Bieszczadzkie suchary (176kcal)                     | 3 sztuki (45g)  |
| Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) (215 kcal) | 1 porcja        |

**► 12:00 Obiad (917kcal)**

|   |                         |
|---|-------------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal)                        | 1 porcja                |
| Cukier (48kcal)                                     | 1 łyżka (12g)           |
| Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (223 kcal)     | 1 porcja                |
| Potraw z kurcz 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (399 kcal) | 1 porcja                |
| Ryż biały, gotowany (240kcal)                       | 1 i 2/3 szklanki (200g) |

**► 17:00 Kolacja (443kcal)**


|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                          | 2 plastry (20g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                  | 1 porcja        |
| Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (137 kcal) | 1 porcja        |
| Jaja gotowane (70kcal)                          | 1 sztuka (50g)  |
| Kiełbasa krotoszyńska S (6) (35kcal)            | 30g             |

**► 20:00 Posiłek nocny (150kcal)**

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


**Wartości odżywcze**

|  |           |                            |          |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2215 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 90.23 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 76.34 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 297.62 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 235.26 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 19.47 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 37.56 g   | <b>Sól:</b>                | 9.25 g   |


**12.05.2024** (niedziela)

**► 08:00 Śniadanie (682kcal)**

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                        | 2 plastry (20g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                | 1 porcja        |
| Kaszka ryżowa z malinami - BoboVita (305kcal) | 2 porcje (80g)  |
| Bieszczadzkie suchary (176kcal)               | 3 sztuki (45g)  |

**► 12:00 Obiad (855kcal)**

|  |                       |
|--|-----------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal)                                       | 1 porcja              |
| Cukier (48kcal)  | 1 łyżka (12g)         |
| Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (142 kcal)                  | 1 porcja              |
| Masło ekstra (150kcal)   | 2 plastry (20g)       |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                             | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| włoszczyzna z pary S(9) (119 kcal)                                 | 1 porcja              |
| Bitka wp z szyn dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (247 kcal) | 1 porcja              |

**► 17:00 Kolacja (453kcal)**

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                          | 2 plastry (20g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                  | 1 porcja        |
| Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (137 kcal) | 1 porcja        |
| Jaja gotowane (70kcal)                          | 1 sztuka (50g)  |
| Schab z beczki S (6) (45kcal)                   | 40g             |

**► 20:00 Posiłek nocny (90kcal)**

|  |                      |
|--|----------------------|
| Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (90kcal) | 7 i 1/2 łyżki (150g) |
|--|----------------------|


**Wartości odżywcze**

|  |           |                            |          |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2080 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 71.75 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 79.82 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 274.95 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 151.13 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 18.48 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 45.02 g   | <b>Sól:</b>                | 9.52 g   |

 13.05.2024 (poniedziałek)

► **08:00 Śniadanie (736kcal)**

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                              | 2 plastry (20g) |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)     | 1 porcja        |
| Herbata słod 250ml S (83 kcal)                      | 1 porcja        |
| Bieszczadzkie suchary (176kcal)                     | 3 sztuki (45g)  |
| Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (214 kcal) | 1 porcja        |

► **12:00 Obiad (741kcal)**

|  |                       |
|--|-----------------------|
| Kompot owoc 250ml S (7 kcal)                       | 1 porcja              |
| Cukier (48kcal)                                    | 1 łyżka (12g)         |
| Sos jarzyn S(1,3,6,7,8,9,10,11) (227 kcal)         | 1 porcja              |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)             | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| Kukurydziana 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (131 kcal) | 1 porcja              |
| Pulp gotow 80g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (186 kcal)     | 1 porcja              |

► **17:00 Kolacja (442kcal)**

|   |                 |
|---|-----------------|
| Masło ekstra (150kcal)                          | 2 plastry (20g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                  | 1 porcja        |
| Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (137 kcal) | 1 porcja        |
| Jaja gotowane (70kcal)                          | 1 sztuka (50g)  |
| Schab z beczki S (6) (34kcal)                   | 30g             |

► **20:00 Posiłek nocny (197kcal)**

|  |                           |
|--|---------------------------|
| Kaszka śmietankowa - Smakija (197kcal) | 1 i 1/4 opakowania (150g) |
|--|---------------------------|

 **Wartości odżywcze**

|  |           |                            |          |
|--|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2116 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 75.21 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 76.11 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 290.59 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 173.54 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 21.97 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 39.72 g   | <b>Sól:</b>                | 11.17 g  |

| <b>wtorek (2024-05-07)</b>  | <b>środa (2024-05-08)</b>  | <b>czwartek (2024-05-09)</b>   | <b>piątek (2024-05-10)</b>  | <b>sobota (2024-05-11)</b>  | <b>niedziela (2024-05-12)</b>  | <b>poniedziałek (2024-05-13)</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<br>Kawa zboż z ml 250ml<br>S(1,6,7,8,9,10)<br>Herbata słod 250ml S<br>Bieszczadzkie suchary<br>Pł ows na ml 250ml<br>S(1,7,8,10)   | Masło ekstra<br>Kawa zboż z ml 250ml<br>S(1,6,7,8,9,10)<br>Herbata słod 250ml S<br>Bieszczadzkie suchary<br>Zacierka na ml 250ml<br>S(1,3,7)                                   | Masło ekstra<br>Kawa zboż z ml 250ml<br>S(1,6,7,8,9,10)<br>Herbata słod 250ml S<br>Bieszczadzkie suchary<br>Kasz kuskus na ml 250ml<br>S(1,6,7,8,9,10)   | Masło ekstra<br>Kawa zboż z ml 250ml<br>S(1,6,7,8,9,10)<br>Herbata słod 250ml S<br>Bieszczadzkie suchary<br>Kasza kukurydz na ml<br>250ml S(1,6,7,8,9,10)   | Masło ekstra<br>Kawa zboż z ml 250ml<br>S(1,6,7,8,9,10)<br>Herbata słod 250ml S<br>Bieszczadzkie suchary<br>Zupa ml z kasz man 250ml<br>S(1,6,7,8,9,10) | Masło ekstra<br>Herbata słod 250ml S<br>Kaszka ryżowa z malinami<br>- BoboVita<br>Bieszczadzkie suchary  | Masło ekstra<br>Kawa zboż z ml 250ml<br>S(1,6,7,8,9,10)<br>Herbata słod 250ml S<br>Bieszczadzkie suchary<br>Zupa ml z ryż 250ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)  |
| <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<br>Cukier<br>Jarzyny z pary S (9)<br>Ziemniaki, gotowane w<br>wodzie<br>Ryżowa 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Piecz wiep dusz w sos wł<br>150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) | Kompot owoc 250ml S<br>Cukier<br>Ziemniaki, gotowane w<br>wodzie<br>włoszczyzna z pary S(9)<br>Krupnik 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Zraz gotow 80g<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11) | Kompot owoc 250ml S<br>Cukier<br>Ziemniaki, gotowane w<br>wodzie<br>Bitka wieprzowa z szynki<br>dusz w sos wł 150g<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Barszcz czer z jarz 300ml<br>D S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Brok z march na parz 150g<br>(podw) S | Kompot owoc 250ml S<br>Cukier<br>Masło ekstra<br>Ziemniaki, gotowane w<br>wodzie<br>Ryba na parz 80g S(4)<br>Sos jarzyn D<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Pomidorowa z mak 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11) | Kompot owoc 250ml S<br>Cukier<br>Brokułowa 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Potraw z kurcz 150g<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Ryż biały, gotowany          | Kompot owoc 250ml S<br>Cukier<br>Rosół z mak 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Masło ekstra<br>Ziemniaki, gotowane w<br>wodzie<br>włoszczyzna z pary S(9)<br>Bitka wp z szyn dusz w sos<br>wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) | Kompot owoc 250ml S<br>Cukier<br>Sos jarzyn<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Ziemniaki, gotowane w<br>wodzie<br>Kukurydziana 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Pulp gotow 80g<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11) |
| <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>   |
| Masło ekstra<br>Herbata słod 250ml S<br>Grycikowa 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Jaja gotowane<br>Połędwica drobiowa S (6)  | Masło ekstra<br>Herbata słod 250ml S<br>Grycikowa 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Jaja gotowane<br>Połędwica sopocka S (6)  | Masło ekstra<br>Herbata słod 250ml S<br>Grycikowa 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Jaja gotowane<br>Kielbasa Krakowska<br>podsusz. S (6)   | Masło ekstra<br>Herbata słod 250ml S<br>Grycikowa 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Jaja gotowane<br>Kielbasa kminkowa S (6)   | Masło ekstra<br>Herbata słod 250ml S<br>Grycikowa 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Jaja gotowane<br>Kielbasa krotoszyńska S<br>(6)                      | Masło ekstra<br>Herbata słod 250ml S<br>Grycikowa 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Jaja gotowane<br>Schab z beccki S (6)   | Masło ekstra<br>Herbata słod 250ml S<br>Grycikowa 300ml<br>S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Jaja gotowane<br>Schab z beccki S (6)   |
| <b>20:00 Posiłek nocny</b>  | <b>20:00 Posiłek nocny</b>   | <b>20:00 Posiłek nocny</b>   | <b>20:00 Posiłek nocny</b>  | <b>20:00 Posiłek nocny</b>  | <b>20:00 Posiłek nocny</b>   | <b>20:00 Posiłek nocny</b>   |
| Jogurt naturalny, 2%<br>tłuszczu  | Sok pomidorowy<br>Sucharki   | Kisiel z jabł 200ml S  | Mus owocowy<br>pasteryzowany  | Budyń na ml 150ml S   | Jogurt naturalny, 2%<br>tłuszczu   | Kaszka śmietankowa -<br>Smakija  |



| wtorek (2024-05-07)   | środa (2024-05-08)  | czwartek (2024-05-09)   | piątek (2024-05-10)   | sobota (2024-05-11)   | niedziela (2024-05-12)  | poniedziałek (2024-05-13)   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2004 = 8365 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>34,85 %</b><br>Kcal z białka <b>16,25 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>50,49 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2038 = 8511 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>31,13 %</b><br>Kcal z białka <b>14,52 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>56,10 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2052 = 8574 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>30,01 %</b><br>Kcal z białka <b>15,43 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>56,05 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2024 = 8097 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>36,31 %</b><br>Kcal z białka <b>13,86 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>51,03 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2215 = 9257 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>31,02 %</b><br>Kcal z białka <b>16,29 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>53,75 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2080 = 8693 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>34,54 %</b><br>Kcal z białka <b>13,80 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>52,88 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2116 = 8832 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>32,37 %</b><br>Kcal z białka <b>14,22 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>54,93 %</b> |