

 21.05.2024 (wtorek)**► 08:00 Śniadanie (683kcal)**

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)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Herbata niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Ser gouda (95kcal)	1 i 1/4 plastra (30g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Szynka gotowana S (6) (44kcal)	40g
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Kefir, 2% tłuszczu (100kcal)	3/4 szklanki (200ml)

**► 10:00 II Śniadanie (36kcal)**

Sok pomidorowy (36kcal)	3/4 szklanki (200ml)
-------------------------	----------------------

**► 12:00 Obiad (861kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Pomidorowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (170 kcal)	1 porcja
Udko got 70g S(1,6,7,8,9,10,11) (127 kcal)	1 porcja
Sur z kap pek z kef 150g S(3,7,10) (191 kcal)	1 porcja
Kalafior z march z pary 180g D S (102 kcal)	1 porcja
Ryż biały, gotowany (264kcal)	1 i 3/4 szklanki (220g)

**► 15:00 Podwieczorek (32kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (376kcal)**

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 niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Polędwica drobiowa S (6) (32kcal)	40g
Papryka czerwona (16kcal)	1/5 sztuki (50g)

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>	2138 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	90.75 g
<b>Tłuszcz:</b>	78.78 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	281.09 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	240.66 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	33.31 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	34.77 g	<b>Sól:</b>	10.21 g


**22.05.2024 (środa)**
**► 08:00 Śniadanie (562kcal)**

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)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Herbata niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Jaja gotowane (70kcal)	1 sztuka (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Polędwica sopocka S (6) (48kcal)	40g
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

**► 10:00 II Śniadanie (90kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (1008kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (247 kcal)	1 porcja
Kap czer got 150g S (133 kcal)	1 porcja
Bur z jabł i ceb 150g S (155 kcal)	1 porcja
Ogórkowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (205 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane (261kcal)	3 i 1/2 sztuki (300g)

**► 15:00 Podwieczorek (94kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (410kcal)**

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 niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Ogórek (7kcal)	1/4 sztuki (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Pasztet podlaski z kurczaka (72kcal)	2 łyżki (40g)

**► 20:00 Posiłek nocny (155kcal)**

Kanapka graham z wędliną S(1,6) (155 kcal)

1 porcja

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2319 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	92.97 g
<b>Tłuszcz:</b>	77.15 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	329.92 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	224.55 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	39.9 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	33.75 g	<b>Sól:</b>	12.96 g


**23.05.2024** (czwartek)

**► 08:00 Śniadanie (633kcal)**

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)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Herbata niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Schab z beczki S (6) (45kcal)	40g
Papryka czerwona (16kcal)	1/5 sztuki (50g)
Banan (107kcal)	1 sztuka (110g)
Sok pomidorowy (36kcal)	3/4 szklanki (200ml)

**► 10:00 II Śniadanie (100kcal)**

Kefir, 2% tłuszczu (100kcal)	3/4 szklanki (200ml)
------------------------------	----------------------

**► 12:00 Obiad (785kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (261 kcal)	1 porcja
Pierogi leniwe 250g (Cukrz) S(1,3,7) (358 kcal)	1 porcja
Sur z mar i jab na kef 250g S(7) (159 kcal)	1 porcja

**► 15:00 Podwieczorek (87kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (418kcal)**

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 niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kielbasa z fileta/Schinkenwurst S(6) (81kcal)	40g
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Ogórek kwaszony (6kcal)	3/4 sztuki (50g)

**► 20:00 Posiłek nocny (80kcal)**

Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal)

1 sztuka (100g)

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2103 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	73.18 g
<b>Tłuszcz:</b>	61.75 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	331.03 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	263.73 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	43.36 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	29.3 g	<b>Sól:</b>	10.28 g


**24.05.2024 (piątek)**
**► 08:00 Śniadanie (632kcal)**

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)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Herbata niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Ogórek (7kcal)	1/4 sztuki (50g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Ser bia z kef i rzodk 60g S(7) (91 kcal)	1 porcja
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (90kcal)	7 i 1/2 łyżki (150g)

**► 10:00 II Śniadanie (75kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (939kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Ryba na parz 80g S(4) (119 kcal)	1 porcja
Sos jarzyn S(1,3,6,7,8,9,10,11) (227 kcal)	1 porcja
Jarzynowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (243 kcal)	1 porcja
Sur z kap kisz 180g S (99 kcal)	1 porcja
Kasza jaglana, gotowana (244kcal)	1 i 1/4 szklanki (220g)

**► 15:00 Podwieczorek (36kcal)**

Sok pomidorowy (36kcal)	3/4 szklanki (200ml)
-------------------------	----------------------

**► 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 niesł 250ml S (3 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 (94kcal)**

Kisiel z jabł 200ml S (94 kcal)

1 porcja

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2244 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	91.05 g
<b>Tłuszcz:</b>	74.25 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	322.16 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	271.52 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	43.2 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	30.26 g	<b>Sól:</b>	11.14 g




**25.05.2024 (sobota)**
**► 08:00 Śniadanie (572kcal)**

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)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Herbata niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kielbasa kminkowa S (6) (49kcal)	40g
Jaja gotowane (70kcal)	1 sztuka (50g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Rzodkiewka (9kcal)	3 i 1/3 sztuki (50g)

**► 10:00 II Śniadanie (32kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (921kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Ryżowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (136 kcal)	1 porcja
Zapiekank z ziemn z jajk 350g S(3,6,7,8,9,10,11) (571 kcal)	1 porcja
Kefir, 2% tłuszczu (100kcal)	3/4 szklanki (200ml)
Banan (107kcal)	1 sztuka (110g)

**► 15:00 Podwieczorek (73kcal)**

Sur z mar i jab 150g (podw) S(7) (73 kcal)	1 porcja
--	----------

**► 17:00 Kolacja (386kcal)**

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 niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Szynka gotowana S (6) (44kcal)	40g
Papryka czerwona (16kcal)	1/5 sztuki (50g)
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	1/8 porcji (50g)

---

**► 20:00 Posiłek nocny (80kcal)**

Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal)

1 sztuka (100g)

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2064 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	81.35 g
<b>Tłuszcz:</b>	63.77 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	304.21 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	244.15 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	35.32 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	30.09 g	<b>Sól:</b>	9.65 g

---


**26.05.2024 (niedziela)**
**► 08:00 Śniadanie (535kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Herbata niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (90kcal)	7 i 1/2 łyżki (150g)
Musztarda (17kcal)	1 łyżeczka (10g)
Kiełbasa Senatorska S (6) (181kcal)	80g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Sok pomidorowy (36kcal)	3/4 szklanki (200ml)

**► 10:00 II Śniadanie (42kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (725kcal)**

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 (213kcal)	3 i 1/2 sztuki (300g)
Bur z jabł i ceb 150g S (155 kcal)	1 porcja
Fil z indyka na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) (208 kcal)	1 porcja

**► 15:00 Podwieczorek (92kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (482kcal)**

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 niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Ser topiony, edamski (151kcal)	3 i 1/3 łyżeczki (50g)

**► 20:00 Posiłek nocny (155kcal)**

Kanapka graham z wędliną S(1,6) (155 kcal)	1 porcja
--	----------

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2031 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	101.64 g
<b>Tłuszcz:</b>	71.92 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	260.59 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	223.83 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	34.77 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	30.02 g	<b>Sól:</b>	12.29 g


**27.05.2024 (poniedziałek)**
**► 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)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Herbata niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Polędwica sopocka S (6) (48kcal)	40g
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Ogórek kwaszony (6kcal)	3/4 sztuki (50g)
Jaja gotowane (70kcal)	1 sztuka (50g)

**► 10:00 II Śniadanie (90kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (893kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
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 (264kcal)	1 i 3/4 szklanki (220g)

**► 15:00 Podwieczorek (107kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (444kcal)**

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 niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7) (112 kcal)	1 porcja
Sałata (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

**► 20:00 Posiłek nocny (155kcal)**

Kanapka graham z wędliną S(1,6) (155 kcal)

1 porcja

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2257 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	107.25 g
<b>Tłuszcz:</b>	75.06 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	301.73 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	260.31 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	32.17 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	34.82 g	<b>Sól:</b>	11.12 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>
Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata niesł 250ml S Ser gouda Sałata Szynka gotowana S (6) Pomidor Kefir, 2% tłuszczu	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata niesł 250ml S Jaja gotowane Sałata Połędwica sopocka S (6) Pomidor	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata niesł 250ml S Sałata Schab z becзки S (6) Papryka czerwona Banan Sok pomidorowy	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata niesł 250ml S Sałata Ogórek Pomidor Ser bia z kef i rzodk 60g S(7) Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata niesł 250ml S Sałata Kiełbasa kminkowa S (6) Jaja gotowane Pomidor Rzodkiewka	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Herbata niesł 250ml S Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Musztarda Kiełbasa Senatorska S (6) Sałata Sok pomidorowy	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata niesł 250ml S Sałata Połędwica sopocka S (6) Pomidor Ogórek kwaszony Jaja gotowane
<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>
Sok pomidorowy	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	Kefir, 2% tłuszczu	Jabł piecz 150g S	Mandarynki	Kiwi	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu
<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 Pomidorowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Udko got 70g S(1,6,7,8,9,10,11) Sur z kap pek z kef 150g S(3,7,10) Kalafior z march z pary 180g D S Ryż biały, gotowany	Kompot owoc 250ml S Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Kap czer got 150g S Bur z jabł i ceb 150g S Ogórkowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane	Kompot owoc 250ml S Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Pierogi leniwe 250g (Cukrz) S(1,3,7) Sur z mar i jab na kef 250g S(7)	Kompot owoc 250ml S Ryba na parz 80g S(4) Sos jarzyn S(1,3,6,7,8,9,10,11) Jarzynowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sur z kap kisz 180g S Kasza jagłana, gotowana	Kompot owoc 250ml S Ryżowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Zapiekan z ziemn z jajk 350g 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 Bur z jabł i ceb 150g S Fil z indyka na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Brokułowa 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
<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	Kal z march na parz 150g (podw) S	Sok pomidorowy	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 niesł 250ml S Sałata Połędwica drobiowa S (6) Papryka czerwona Brokuły, gotowane w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata niesł 250ml S Ogórek Sałata Pomidor Paszтет podłaski z kurczaka	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata niesł 250ml S Sałata Kiełbasa z fileta/Schinkenwurst S(6) Pomidor Ogórek kwaszony	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata niesł 250ml S Sałata Past z jaj 60g S(3,10) Pomidor	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata niesł 250ml S Sałata Szynka gotowana S (6) Papryka czerwona Kalafior, gotowany w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata niesł 250ml S Sałata Pomidor Ser topiony, edamski	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata niesł 250ml S Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7) Sałata 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 graham z wędliną S(1,6)	Mus owocowy pasteryzowany S	Kisiel z jabł 200ml S	Mus owocowy pasteryzowany S	Kanapka graham z wędliną S(1,6)	Kanapka graham z wędliną S(1,6)



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>2138 = 8965 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>33,16 %</b> Kcal z białka <b>16,98 %</b> Kcal z węglowodanów <b>52,59 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2319 = 9709 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>29,94 %</b> Kcal z białka <b>16,04 %</b> Kcal z węglowodanów <b>56,91 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2103 = 8481 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>26,43 %</b> Kcal z białka <b>13,92 %</b> Kcal z węglowodanów <b>62,96 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2244 = 9404 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>29,78 %</b> Kcal z białka <b>16,23 %</b> Kcal z węglowodanów <b>57,43 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2064 = 8311 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>27,81 %</b> Kcal z białka <b>15,77 %</b> Kcal z węglowodanów <b>58,96 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2031 = 8500 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>31,87 %</b> Kcal z białka <b>20,02 %</b> Kcal z węglowodanów <b>51,32 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2257 = 9458 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>29,93 %</b> Kcal z białka <b>19,01 %</b> Kcal z węglowodanów <b>53,47 %</b>