


11.06.2024 (wtorek)
► 08:00 Śniadanie (656kcal)

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
Dżem truskawkowy, niskosłodzony (77kcal)	3 i 1/3 łyżeczki (50g)
Banan (58kcal)	1/2 sztuki (60g)
Bułki i rogalie maślane (197kcal)	1 sztuka (60g)

► 10:00 II Śniadanie (133kcal)

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

► 12:00 Obiad (741kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
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
Kurcz got 150g S(6,8,9,10,11) (402 kcal)	1 porcja
Jarzyzny z pary 200g S (9) (56 kcal)	0.5 porcji

► 15:00 Podwieczorek (70kcal)

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

► 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)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Schab na kartki S (45kcal)	40g

► 20:00 Posiłek nocny (144kcal)

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

 **Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2168 kcal	Białko ogółem:	99.34 g
Tłuszcz:	68.65 g	Węglowodany ogółem:	294.74 g
Węglowodany przyswajalne:	211.85 g	Błonnik pokarmowy:	19.87 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	28.41 g	Sól:	6.93 g


12.06.2024 (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)	80g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) (114 kcal)	0.5 porcji
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Jajko gotowane S (3) (70 kcal)	1 porcja

► 10:00 II Śniadanie (76kcal)

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

► 12:00 Obiad (615kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (109 kcal)	0.5 porcji
Sał z kef 60g S(7) (23 kcal)	0.5 porcji
Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (161kcal)	1 szklanka (150g)
Gulasz wiep z jarz1 50g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (267 kcal)	1 porcja

► 15:00 Podwieczorek (73kcal)

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

► 17:00 Kolacja (488kcal)

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)
Poładwica drobiowa S (6) (32kcal)	40g
Ser gouda (80kcal)	1 plaster (25g)
Brokuły, gotowane w wodzie (12kcal)	1/2 porcji (50g)

► 20:00 Posiłek nocny (174kcal)

Budyń na ml 150ml S (150 kcal)	1 porcja
Cukier (24kcal)	1/2 łyżki (6g)

 **Wartości odżywcze**

Wartość energetyczna:	2058 kcal	Białko ogółem:	74.51 g
Tłuszcz:	68.41 g	Węglowodany ogółem:	296.77 g
Węglowodany przyswajalne:	229.84 g	Błonnik pokarmowy:	27.4 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	34.44 g	Sól:	8.88 g


13.06.2024 (czwartek)

► 08:00 Śniadanie (687kcal)

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)	80g
Pasztet z kurczaka, pieczony (86kcal)	1 i 1/4 plastra (40g)
Sałata z pomidorem S (63 kcal)	1 porcja
Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (107 kcal)	0.5 porcji

► 10:00 II Śniadanie (92kcal)

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

► 12:00 Obiad (534kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (137 kcal)	1 porcja
Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) (142 kcal)	1 porcja
Brokuł z march z pary 180g D S (115 kcal)	1 porcja
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)

► 15:00 Podwieczorek (42kcal)

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

► 17:00 Kolacja (452kcal)

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)
Poledwica sopocka S (6) (48kcal)	40g
Cukinia, gotowana (8kcal)	1/8 sztuki (50g)

► 20:00 Posiłek nocny (158kcal)

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

Biskopiy "Petitki" - LU (78kcal)

6 i 2/3 sztuki (20g)

 **Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	1965 kcal	Białko ogółem:	73.06 g
Tłuszcz:	65.22 g	Węglowodany ogółem:	280.19 g
Węglowodany przyswajalne:	181.36 g	Błonnik pokarmowy:	28.14 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	25.85 g	Sól:	8.89 g

 14.06.2024 (piątek)**► 08:00 Śniadanie (488kcal)**

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
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) (108 kcal)	0.5 porcji
Jabł piecz 150g S (75 kcal)	1 porcja
Ser bia z kef i koper 60g S(7) (90 kcal)	1 porcja

► 10:00 II Śniadanie (58kcal)

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

► 12:00 Obiad (724kcal)

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)
Kasza kuskus, gotowana (168kcal)	3/4 szklanki (150g)
Pulp na parz z ryb 80g D S(1,3,4,6,7,9,10,11) (174 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 (92kcal)

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

► 17:00 Kolacja (516kcal)

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 (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 (118kcal)

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

Cukier (24kcal)

1/2 łyżki (6g)

 **Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	1996 kcal	Białko ogółem:	72.87 g
Tłuszcz:	62.62 g	Węglowodany ogółem:	295.78 g
Węglowodany przyswajalne:	228.38 g	Błonnik pokarmowy:	29.49 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	27.28 g	Sól:	7.16 g


15.06.2024 (sobota)
► 08:00 Śniadanie (653kcal)

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)	80g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Ser gouda (127kcal)	1 i 2/3 plastra (40g)
Zupa ml z mak 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (78 kcal)	0.5 porcji

► 10:00 II Śniadanie (144kcal)

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

► 12:00 Obiad (746kcal)

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (112 kcal)	0.5 porcji
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)

► 15:00 Podwieczorek (75kcal)

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

► 17:00 Kolacja (417kcal)

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)
Kiełbasa Szynkowa S(6) (46kcal)	40g
Ogórek (7kcal)	1/4 sztuki (50g)

► 20:00 Posiłek nocny (70kcal)

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

 **Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2105 kcal	Białko ogółem:	88.46 g
Tłuszcz:	71.13 g	Węglowodany ogółem:	285.64 g
Węglowodany przyswajalne:	187.09 g	Błonnik pokarmowy:	22.99 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	31.75 g	Sól:	6.72 g


16.06.2024 (niedziela)
► 08:00 Śniadanie (744kcal)

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
Kielbasa Senatorska S (6) (181kcal)	80g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (92kcal)	6 łyżek (150g)
Banan (107kcal)	1 sztuka (110g)

► 10:00 II Śniadanie (78kcal)

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

► 12:00 Obiad (684kcal)

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 (48kcal)	1 łyżka (12g)
Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (229 kcal)	1 porcja
March got 180g D S (116 kcal)	0.5 porcji

► 15:00 Podwieczorek (32kcal)

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

► 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 (51 kcal)	1 porcja
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kielbasa kminkowa S (6) (49kcal)	40g
Ser gouda (80kcal)	1 plaster (25g)

► 20:00 Posiłek nocny (80kcal)

Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal)

1 sztuka (100g)



**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2126 kcal	Białko ogółem:	82.08 g
Tłuszcz:	66.18 g	Węglowodany ogółem:	310.44 g
Węglowodany przyswajalne:	249.29 g	Błonnik pokarmowy:	26.3 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	31.96 g	Sól:	9.46 g


17.06.2024 (poniedziałek)
► 08:00 Śniadanie (660kcal)

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 (26 kcal)	0.5 porcji
Bułka pszenna (218kcal)	80g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Schab z beczki S (6) (34kcal)	30g
Kasza kukurydz na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (105 kcal)	0.5 porcji
Kiwi (42kcal)	1 sztuka (70g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

► 10:00 II Śniadanie (109kcal)

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

► 12:00 Obiad (656kcal)

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
Fil z indyka na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) (208 kcal)	1 porcja
Bur na gor 150g S (150 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (107kcal)	1 i 3/4 sztuki (150g)

► 15:00 Podwieczorek (150kcal)

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

► 17:00 Kolacja (485kcal)

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 (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Cukinia, gotowana (8kcal)	1/8 sztuki (50g)
Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7) (112 kcal)	1 porcja

► 20:00 Posiłek nocny (144kcal)

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

1 sztuka (150g)

**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2204 kcal	Białko ogółem:	103.59 g
Tłuszcz:	65.61 g	Węglowodany ogółem:	309.67 g
Węglowodany przyswajalne:	189.82 g	Błonnik pokarmowy:	26.66 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	26.65 g	Sól:	9.36 g

wtorek (2024-06-11)	środa (2024-06-12)	czwartek (2024-06-13)	piątek (2024-06-14)	sobota (2024-06-15)	niedziela (2024-06-16)	poniedziałek (2024-06-17)
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 Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) Dżem truskawkowy, niskosłodzony Banan Bułki i rogalce maślane	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) Pomidor Jajko gotowane S (3)	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Paszтет z kurczaka, pieczony Sałata z pomidorem S Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Sałata Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) Jabł piecz 150g S Ser bia z kef i koper 60g S(7)	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Sałata Pomidor Ser gouda Zupa ml z mak 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kielbasa Senatorska S (6) Sałata Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu Banan	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) Kasza kukurydz na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Kiwi Pomidor
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	Napój jabłkowy	Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu	Chrupki kukurydziane	Kaszka manna Wypasiona Mlekovita 150 g S (1, 7)	Biszkopty "Petitki" - LU	Drożdżówka z jabłkiem
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 Lane ciast na ros 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Kurcz got 150g S(6,8,9,10,11) Jarzyny z pary 200g S (9)	Kompot owoc 250ml S Cukier Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sał z kef 60g S(7) Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana Gulasz wiep z jarz150g D S(1,3,6,7,8,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Cukier Grysikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) Brokuł z march z pary 180g D S Jabłko	Kompot owoc 250ml S Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Cukier Kasza kuskus, gotowana Pulp na parz z ryb 80g D S(1,3,4,6,7,9,10,11) Zalewajka z jajkiem na kefirze 300ml D 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) Potraw z kurcz 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ryż biały, gotowany	Kompot owoc 250ml S Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie Cukier Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) March got 180g D S	Kompot owoc 250ml S Cukier Ryżowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Fil z indyka na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) Bur na gor 150g S Ziemniaki, gotowane w wodzie
15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek
Biszkopty	Sur z mar i jab 150g (podw) S(7)	Kiwi	Brok z march na parz 150g (podw) S	Jabł piecz 150g S	Mandarynki	Budyń na ml 150ml S
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 Pomidor Schab na kartki S	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Polędwica drobiowa S (6) Ser gouda Brokuły, gotowane w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Polędwica sopocka S (6) Cukinia, gotowana	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 Kielbasa Szykowa S(6) Ogórek	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Pomidor Sałata Kielbasa kminkowa S (6) Ser gouda	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Cukinia, gotowana Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7)

wtorek (2024-06-11)	środa (2024-06-12)	czwartek (2024-06-13)	piątek (2024-06-14)	sobota (2024-06-15)	niedziela (2024-06-16)	poniedziałek (2024-06-17)
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
Kaszka manna Wypasiona Mlekovita 150 g S (1, 7)	Budyń na ml 150ml S Cukier	Mus owocowy pasteryzowany S Biszkopty "Petitki" - LU	Kisiel z jabł 200ml S Cukier	Biszkopty	Mus owocowy pasteryzowany S	Kaszka manna Wypasiona Mlekovita 150 g S (1, 7)

wtorek (2024-06-11)	środa (2024-06-12)	czwartek (2024-06-13)	piątek (2024-06-14)	sobota (2024-06-15)	niedziela (2024-06-16)	poniedziałek (2024-06-17)
Energia: Kcal 2168 = 8282 kJ Kcal z tłuszczu 28,50 % Kcal z białka 18,33 % Kcal z węglowodanów 54,38 %	Energia: Kcal 2058 = 8606 kJ Kcal z tłuszczu 29,92 % Kcal z białka 14,48 % Kcal z węglowodanów 57,68 %	Energia: Kcal 1965 = 7873 kJ Kcal z tłuszczu 29,87 % Kcal z białka 14,87 % Kcal z węglowodanów 57,04 %	Energia: Kcal 1996 = 8351 kJ Kcal z tłuszczu 28,24 % Kcal z białka 14,60 % Kcal z węglowodanów 59,27 %	Energia: Kcal 2105 = 8198 kJ Kcal z tłuszczu 30,41 % Kcal z białka 16,81 % Kcal z węglowodanów 54,28 %	Energia: Kcal 2126 = 8567 kJ Kcal z tłuszczu 28,02 % Kcal z białka 15,44 % Kcal z węglowodanów 58,41 %	Energia: Kcal 2204 = 8616 kJ Kcal z tłuszczu 26,79 % Kcal z białka 18,80 % Kcal z węglowodanów 56,20 %