

 09.07.2024 (wtorek)**► 08:00 Śniadanie (626kcal)**

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
Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) (111 kcal)	0.5 porcji
Poledwica z kurcząt S (1,3,7,5,9,10,11) (33kcal)	40g
Sałata z rzodkiewką S (51 kcal)	1 porcja

**► 10:00 II Śniadanie (133kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (665kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)
Kalafior z march z pary 180g D S (102 kcal)	1 porcja
Zalewajka z jajkiem na kefirze 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (119 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 (42kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (491kcal)**

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)
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**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2101 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	83.88 g
<b>Tłuszcz:</b>	68.82 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	296.68 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	181.5 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	27.77 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	29.23 g	<b>Sól:</b>	8.01 g

 10.07.2024 (środa)**► 08:00 Śniadanie (672kcal)**

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
Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) (108 kcal)	0.5 porcji
Jajko gotowane S (3) (70 kcal)	1 porcja
Sałata z pomidorem S (63 kcal)	1 porcja

**► 10:00 II Śniadanie (107kcal)**

koktajl truskawkowy S (7) (83 kcal)	1 porcja
Cukier (24kcal)	1/2 łyżki (6g)

**► 12:00 Obiad (585kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Brokuł z march z pary 180g D S (115 kcal)	1 porcja
Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) (142 kcal)	1 porcja
Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (131 kcal)	0.5 porcji
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)

**► 15:00 Podwieczorek (78kcal)**

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

**► 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)
Kielbasa kminkowa S (6) (49kcal)	40g
Jabł piecz 150g S (75 kcal)	1 porcja

**► 20:00 Posiłek nocny (174kcal)**

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

 **Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2104 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	78.04 g
<b>Tłuszcz:</b>	67.62 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	306.65 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	224.4 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	28.62 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	27.4 g	<b>Sól:</b>	7.87 g


**11.07.2024 (czwartek)**
**► 08:00 Śniadanie (641kcal)**

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)
Paszтет ciechanowski (1,3,5,6,7,8,9,10,11) (86kcal)	40g
Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (107 kcal)	0.5 porcji

**► 10:00 II Śniadanie (171kcal)**

koktajl bananowy S (7) (147 kcal)	1 porcja
Cukier (24kcal)	1/2 łyżki (6g)

**► 12:00 Obiad (546kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Botwinka 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (105 kcal)	0.5 porcji
Bitka wp z szyn dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (199 kcal)	1 porcja
Sał z kef 60g S(7) (45 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)

**► 15:00 Podwieczorek (159kcal)**

Sur z mar i jab na kef 250g S(7) (159 kcal)	1 porcja
---	----------

**► 17:00 Kolacja (407kcal)**

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)
Brokuły, gotowane w wodzie (12kcal)	50g
Polędwica Ani S (6) (31kcal)	40g

**► 20:00 Posiłek nocny (80kcal)**

Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal)

1 sztuka (100g)

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2004 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	72.18 g
<b>Tłuszcz:</b>	54.85 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	316.68 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	222.49 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	32.71 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	26.22 g	<b>Sól:</b>	7.98 g

 12.07.2024 (piątek)**► 08:00 Śniadanie (664kcal)**

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 (11 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Bułka pszenna zwykła (218kcal)	1 sztuka (80g)
Kasza kukurydz na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (105 kcal)	0.5 porcji
Ser bia z kef i rzodk 60g S(7) (91 kcal)	1 porcja
Jabł piecz 150g S (75 kcal)	1 porcja

**► 10:00 II Śniadanie (58kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (647kcal)**

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) (208 kcal)	1 porcja
Ryżowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (68 kcal)	0.5 porcji
Pulp na parz z ryb 80g D S(1,3,4,6,7,9,10,11) (174 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)

**► 15:00 Podwieczorek (55kcal)**

Nektarynka (55kcal)	1 sztuka (110g)
---------------------	-----------------

**► 17:00 Kolacja (476kcal)**

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 (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**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2018 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	72.55 g
<b>Tłuszcz:</b>	58.5 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	312.89 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	271.43 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	26.03 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	26.16 g	<b>Sól:</b>	7.72 g




**13.07.2024 (sobota)**
**► 08:00 Śniadanie (615kcal)**

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)
Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) (111 kcal)	0.5 porcji
Schab z kija S (56kcal)	40g

**► 10:00 II Śniadanie (42kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (647kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (108 kcal)	0.5 porcji
Fil z indyka na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) (208 kcal)	1 porcja
Bur z jabł 150g S (134 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)	2 i 1/3 sztuki (200g)

**► 15:00 Podwieczorek (174kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (501kcal)**

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)
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	50g
Ser gouda (127kcal)	1 i 2/3 plastra (40g)

---

**► 20:00 Posiłek nocny (58kcal)**

Chrupki kukurydziane (58kcal)

3 i 1/4 garści (16g)

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2037 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	95.65 g
<b>Tłuszcz:</b>	62.97 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	281.45 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	216.67 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	26.52 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	29.43 g	<b>Sól:</b>	8.19 g

---


**14.07.2024 (niedziela)**
**► 08:00 Śniadanie (579kcal)**

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
Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (92kcal)	6 łyżek (150g)
Kiełbasa śląska (123kcal)	3/4 sztuki (70g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

**► 10:00 II Śniadanie (78kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (865kcal)**

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)
Kurcz got 150g S(6,8,9,10,11) (402 kcal)	1 porcja
March got 180g D S (195 kcal)	1 porcja

**► 15:00 Podwieczorek (75kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (428kcal)**

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)
Szynka delikatesowa z kurczaka (49kcal)	2 i 2/3 plastra (40g)

**► 20:00 Posiłek nocny (80kcal)**

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

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2105 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	101.16 g
<b>Tłuszcz:</b>	69.69 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	279.06 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	217.98 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	27.93 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	29.13 g	<b>Sól:</b>	8.85 g

 15.07.2024 (poniedziałek)

► **08:00 Śniadanie (752kcal)**

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)
Jabł piecz 150g S (75 kcal)	1 porcja
Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) (114 kcal)	0.5 porcji
Dżem truskawkowy, niskosłodzony (46kcal)	2 łyżeczki (30g)
Bułki i rogalie maślane (262kcal)	1 i 1/2 sztuki (80g)
Ser twarogowy, półtłusty (40kcal)	1 plaster (30g)

► **10:00 II Śniadanie (92kcal)**

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

► **12:00 Obiad (535kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (48kcal)	1 łyżka (12g)
Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (97 kcal)	0.5 porcji
Gulasz wiep z jarz150g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (177 kcal)	1 porcja
Sał z kef 60g S(7) (45 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (161kcal)	1 szklanka (150g)

► **15:00 Podwieczorek (118kcal)**

Kisiel z jabł 200ml S (118 kcal)	1 porcja
----------------------------------	----------

► **17:00 Kolacja (495kcal)**

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) (35kcal)	30g
Sałatka jarzynowa S (3,9,10,7) (96 kcal)	0.5 porcji

## ▶ 20:00 Posiłek nocny (78kcal)

Biskopki "Petitki" - LU (78kcal)

6 i 2/3 sztuki (20g)

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2070 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	68.63 g
<b>Tłuszcz:</b>	54.3 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	336.54 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	288.4 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	25.99 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	26.15 g	<b>Sól:</b>	8.24 g

<b>wtorek (2024-07-09)</b>	<b>środa (2024-07-10)</b>	<b>czwartek (2024-07-11)</b>	<b>piątek (2024-07-12)</b>	<b>sobota (2024-07-13)</b>	<b>niedziela (2024-07-14)</b>	<b>poniedziałek (2024-07-15)</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 Bułka pszenna Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) Połędwica z kurcząt S (1,3,7,5,9,10,11) Sałata z rzodkiewką S	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) Jajko gotowane S (3) Sałata z pomidorem S	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Sałata Pomidor Paszтет ciechanowski (1,3,5,6,7,8,9,10,11) 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 Bułka pszenna zwykła Kasza kukurydz na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Ser bia z kef i rzodk 60g S(7) Jabł piecz 150g S	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Sałata Pomidor Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) Schab z kija S	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu Kielbasa śląska Sałata	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Sałata Jabł piecz 150g S Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) Dżem truskawkowy, niskosłodzony Bułki i rogałe maślane Ser twarogowy, półtłusty
<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>
Drożdżówka z serem	koktajl truskawkowy S (7) Cukier	koktajl bananowy S (7) Cukier	Chrupki kukurydziane	Kiwi	Biszkopty "Petitki" - LU	Jogurt truskawkowy, 1.5% 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 Cukier Ziemniaki, gotowane w wodzie Kalafior z march z pary 180g D S Zalewajka z jajkiem na kefirze 300ml 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)	Kompot owoc 250ml S Cukier Brokuł z march z pary 180g D S Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie	Kompot owoc 250ml S Cukier Botwinka 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Bitka wp z szyn dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sał z kef 60g S(7) Ziemniaki, gotowane w wodzie	Kompot owoc 250ml S Ziemniaki, gotowane w wodzie Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ryżowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Pulp na parz z ryb 80g D S(1,3,4,6,7,9,10,11) Cukier	Kompot owoc 250ml S Cukier Brokułowa 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 z jabł 150g 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 Kurcz got 150g S(6,8,9,10,11) March got 180g D S	Kompot owoc 250ml S Cukier Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Gulasz wiep z jarz 150g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sał z kef 60g S(7) Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana
<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>
Kiwi	Biszkopty "Petitki" - LU	Sur z mar i jab na kef 250g S(7)	Nektarynka	Budyń na ml 150ml S Cukier	Jabł piecz 150g S	Kisiel z jabł 200ml S
<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 Pomidor Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7)	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Kielbasa kminkowa S (6) Jabł piecz 150g S	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Brokuły, gotowane w wodzie Połędwica Ani 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 Sałata Kalafior, gotowany w wodzie Ser gouda	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Pomidor Sałata Szynka delikatesowa z kurczaka	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Kielbasa Szynkowa S(6) Sałatka jarzynowa S (3,9,10,7)

<b>wtorek (2024-07-09)</b>	<b>środa (2024-07-10)</b>	<b>czwartek (2024-07-11)</b>	<b>piątek (2024-07-12)</b>	<b>sobota (2024-07-13)</b>	<b>niedziela (2024-07-14)</b>	<b>poniedziałek (2024-07-15)</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
Kaszka manna Wypasiona Mlekovita 150 g S (1, 7)	Budyń na ml 150ml S Cukier	Mus owocowy pasteryzowany S	Kisiel z jabł 200ml S Cukier	Chrupki kukurydziane	Mus owocowy pasteryzowany S	Biszkopty "Petitki" - LU



wtorek (2024-07-09)	środa (2024-07-10)	czwartek (2024-07-11)	piątek (2024-07-12)	sobota (2024-07-13)	niedziela (2024-07-14)	poniedziałek (2024-07-15)
<b>Energia:</b> Kcal <b>2101 = 8049 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>29,48 %</b> Kcal z białka <b>15,97 %</b> Kcal z węglowodanów <b>56,48 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2104 = 8803 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>28,92 %</b> Kcal z białka <b>14,84 %</b> Kcal z węglowodanów <b>58,30 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2004 = 7571 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>24,63 %</b> Kcal z białka <b>14,41 %</b> Kcal z węglowodanów <b>63,21 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2018 = 8469 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>26,09 %</b> Kcal z białka <b>14,38 %</b> Kcal z węglowodanów <b>62,02 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2037 = 8525 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>27,82 %</b> Kcal z białka <b>18,78 %</b> Kcal z węglowodanów <b>55,27 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2105 = 8486 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>29,80 %</b> Kcal z białka <b>19,22 %</b> Kcal z węglowodanów <b>53,03 %</b>	<b>Energia:</b> Kcal <b>2070 = 8670 kJ</b> Kcal z tłuszczu <b>23,61 %</b> Kcal z białka <b>13,26 %</b> Kcal z węglowodanów <b>65,03 %</b>