

AHoP Sztum 13.04-22.04.2026

Poniedziałek 2026-04-13

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 13-22.04. <small>Razem E: 3183,5 kcal B 95,3 g W 211,1 g Cukry 48,6 g T 62,4 g NMT 29,2 g Błonnik 24,6 g Sól 3274,2 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (1, 7) Pasta jajeczna z koperkiem 70.0g (3, 7) herbata bez cukru 300.00g; pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) polędwica z indyka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) Pierogi z serem 250.0g (7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7)		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Serek wiejski półtłusty 80.00g; ogórek kiszony 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka wiejska 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
D02 Łatwostrawna 13-22.04. <small>Razem E: 2176,5 kcal B 94,9 g W 204,0 g Cukry 50,7 g T 60,7 g NMT 29,1 g Błonnik 23,9 g Sól 3000,7 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (1, 7) Pasta jajeczna z koperkiem 70.0g (3, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) Pierogi z serem 250.0g (7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7)		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski półtłusty 80.00g; Pomidor bez skórki 75.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przyswaj. węgl 13-22.04. <small>Razem E: 2205,6 kcal B 98,8 g W 208,9 g Cukry 58,6 g T 76,0 g NMT 35,4 g Błonnik 34,7 g Sól 3381,1 mg</small>	Pasta jajeczna z koperkiem 70.0g (3, 7) herbata bez cukru 300.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	Twarożek z maślanką 40.0g (7) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) masło ekstra 5.00g; (7)	Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) Pierogi ze szpinakiem i mozzarellą 250.0g (7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7)	gruszka 120.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) Serek wiejski półtłusty 80.00g; ogórek kiszony 75.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 13-22.04. <small>Razem E: 1968,9 kcal B 92,4 g W 273,5 g Cukry 70,2 g T 60,4 g NMT 29,2 g Błonnik 21,8 g Sól 2625,3 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (1, 7) Pasta jajeczna z koperkiem 70.0g (3, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) Naleśnik z serem 100.0g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Naleśnik z dżemem 100.0g (1, 3, 7) Sos jogurtowo-owocowy 150.0g (7)	Mus owocowy 100.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski półtłusty 80.00g; pomidory, czerwone 75.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

AHoP Sztum 13.04-22.04.2026

Wtorek 2026-04-14

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 13-22.04. <small>Razem E: 2107,3 kcal B: 102,2 g W: 305,4 g Cukry: 54,9 g T: 58,8 g NMT: 26,4 g Błonnik: 31,8 g Sól: 2217,7 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (1, 7) sałatka makaronowa 120.0g (1, 3, 7, 10) herbata bez cukru 300.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) baton szynkowy z indyka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300ml 300.0g (7, 9) Gołąbek w sosie pomidorowym 250.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek z siemieniem lnianym 70.0g (7) pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) polędwica sopocka 40.00g; (6) Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
D02 Łatwostrawna 13-22.04. <small>Razem E: 2144,5 kcal B: 109,2 g W: 299,6 g Cukry: 51,5 g T: 60,8 g NMT: 27,6 g Błonnik: 20,5 g Sól: 2181,7 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (1, 7) Sałatka makaronowa dietetyczna z jogurtem naturalnym 120.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300ml 300.0g (7, 9) Pulpet mięsno-ryżowy 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Brokuły parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek z siemieniem lnianym 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przyswaj. wegl 13-22.04. <small>Razem E: 2164,3 kcal B: 105,1 g W: 305,8 g Cukry: 71,9 g T: 66,7 g NMT: 26,7 g Błonnik: 36,4 g Sól: 1350,8 mg</small>	Sałatka makaronowa dietetyczna z jogurtem naturalnym 120.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) papryka czerwona, słodka 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	Budyń bez cukru z musem truskawkowym bez cukru 200.0g (7)	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300ml 300.0g (7, 9) Pulpet mięsno-ryżowy 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z białej kapusty 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	jabłko 120.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Twarożek z siemieniem lnianym 70.0g (7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 13-22.04. <small>Razem E: 2185,5 kcal B: 107,0 g W: 314,4 g Cukry: 65,5 g T: 61,5 g NMT: 27,8 g Błonnik: 33,5 g Sól: 2192,4 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (1, 7) Sałatka makaronowa dietetyczna z jogurtem naturalnym 120.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) papryka czerwona, słodka 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300ml 300.0g (7, 9) Pulpet mięsno-ryżowy 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Brokuły parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	jabłko 120.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek z siemieniem lnianym 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)

AHoP Sztum 13.04-22.04.2026

Środa 2026-04-15

	Śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 13-22.04. <small>Razem E: 1669,3 kcal B: 109,6 g W: 255,1 g Cukry 47,2 g T: 61,4 g NMT 27,2 g Błonnik 26,9 g Sól 2300,0 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) herbata bez cukru 300.00g; ogórek 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka z udźca kurczaka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa ogórkowa z ryżem 300.0g (7, 9) Filet z piersi kurczaka panierowany pieczony 119.9g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z białą rzodkwią 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Ryba w galarecie z warzywami 120.0g (4) pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka parzona 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
D02 Łatwostrawna 13-22.04. <small>Razem E: 1880,7 kcal B: 109,3 g W: 262,2 g Cukry 62,6 g T: 68,8 g NMT 23,1 g Błonnik 28,0 g Sól 2266,9 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z udźca kurczaka 40.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Rosolnik z ryżem 300.0g (9) Filet z piersi kurczaka 100g w sosie 50g 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Bukiet jarzyn parowanych 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Ryba w galarecie z warzywami 120.0g (4) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka parzona 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przyswaj. wegi 13-22.04. <small>Razem E: 2001,2 kcal B: 117,9 g W: 350,6 g Cukry 51,5 g T: 61,2 g NMT 28,3 g Błonnik 30,5 g Sól 2026,5 mg</small>	herbata bez cukru 300.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) ogórek 75.00g; szynka z udźca kurczaka 40.00g; Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	Twarożek z maślanką 40.0g (7) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) masło ekstra 5.00g; (7)	Zupa ogórkowa z ryżem 300.0g (7, 9) Filet z piersi kurczaka 100g w sosie 50g 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z białą rzodkwią 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Ryba w galarecie z warzywami 120.0g (4) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; szynka parzona 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 13-22.04. <small>Razem E: 1971,4 kcal B: 107,3 g W: 275,0 g Cukry 71,8 g T: 54,2 g NMT 27,3 g Błonnik 26,6 g Sól 2499,0 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) ogórek 75.00g; szynka z udźca kurczaka 40.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Rosolnik z ryżem 300.0g (9) Filet z piersi kurczaka 100g w sosie 50g 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Bukiet jarzyn parowanych 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu 150.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; szynka parzona 40.00g; Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

AHoP Sztum 13.04-22.04.2026

Czwartek 2026-04-16

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 13-22.04. <small>Razem E: 3116,2 kcal B: 110,1 g W: 301,3 g Cukry 52,9 g T: 66,5 g NMT: 29,2 g Błonnik: 30,3 g Sól: 210,4 mg</small>	Zupa mleczna z ryżem 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) Twarożek homogenizowany 60.00g; polędwica z piersi kurczaka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11)masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa z ciecierzycy 300.0g (9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Mizeria z jogurtem 150.0g (7) kasza gryczana na sypko 150.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70.0g (3, 7) rzodkiew biała 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynkówka wieprzowa 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
D02 Łatwostrawna 13-22.04. <small>Razem E: 1986,9 kcal B: 101,5 g W: 265,9 g Cukry: 50,5 g T: 64,8 g NMT: 29,0 g Błonnik: 28,3 g Sól: 232,9 mg</small>	Zupa mleczna z ryżem 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; Twarożek homogenizowany 60.00g; polędwica z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa marchwiowa 300.0g (7, 9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Kalafior parowany 150.0g kasza jęczmienna, perłowa na sypko 150.00g; (1)		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70.0g (3, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynkówka wieprzowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przyswaj. wegi 13-22.04. <small>Razem E: 3040,1 kcal B: 102,3 g W: 272,1 g Cukry 53,7 g T: 66,5 g NMT: 26,8 g Błonnik: 31,7 g Sól: 146,0 mg</small>	herbata bez cukru 300.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) papryka czerwona, słodka 75.00g; Twarożek homogenizowany 60.00g; polędwica z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	kiwi 100.00g;	Zupa z ciecierzycy 300.0g (9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Mizeria z jogurtem 150.0g (7) kasza gryczana na sypko 150.00g;	kisiel bez cukru 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70.0g (3, 7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) rzodkiew biała 75.00g; szynkówka wieprzowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 13-22.04. <small>Razem E: 2081,1 kcal B: 100,8 g W: 298,1 g Cukry 69,8 g T: 63,6 g NMT: 29,3 g Błonnik: 27,3 g Sól: 230,0 mg</small>	Zupa mleczna z ryżem 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) papryka czerwona, słodka 75.00g; Twarożek homogenizowany 60.00g; polędwica z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa marchwiowa 300.0g (7, 9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Mizeria z jogurtem 150.0g (7) kasza jęczmienna, perłowa na sypko 150.00g; (1)	kisiel z jabłkiem 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70.0g (3, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; szynkówka wieprzowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

AHoP Sztum 13.04-22.04.2026

Piątek 2026-04-17

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 13-22.04. <small>Razem E: 3102,5 kcal B 95,5 g W 206,7 g Cukry 94,4 g T 62,9 g NMT 29,6 g Błonnik 31,6 g Sól 2551,3 mg</small>	Zupa mleczna z makaronem 300.1g (1, 7) Sałatka jarzynowa tradycyjna 120.1g (3, 7, 9, 10) herbata bez cukru 300.00g; pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11)masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa brokułowa z ryżem 300.0g (9) Klopsik rybny 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3, 4, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z kapusty pekińskiej z maślanką 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) Ser mozzarella 50.00g; południca luksusowa 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
D02 Łatwostrawna 13-22.04. <small>Razem E: 2042,5 kcal B 94,4 g W 230,3 g Cukry 70,2 g T 60,2 g NMT 24,3 g Błonnik 20,6 g Sól 2503,6 mg</small>	Zupa mleczna z makaronem 300.1g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa brokułowa z ryżem 300.0g (9) Klopsik rybny 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3, 4, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Marchew parowana 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; południca luksusowa 40.00g; dżem brzoskwiinowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przyswaj. wegl 13-22.04. <small>Razem E: 2062,5 kcal B 94,4 g W 271,9 g Cukry 68,8 g T 23,3 g NMT 29,2 g Błonnik 37,5 g Sól 2094,6 mg</small>	Sałatka jarzynowa tradycyjna 120.1g (3, 7, 9, 10) herbata bez cukru 300.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	pomarańcza 200.00g;	Zupa brokułowa z ryżem 300.0g (9) Klopsik rybny 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3, 4, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z kapusty pekińskiej z maślanką 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	kefir, 1,5% tłuszczu 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) papryka czerwona, słodka 75.00g; Ser mozzarella 50.00g; południca luksusowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 13-22.04. <small>Razem E: 2222,9 kcal B 97,7 g W 232,2 g Cukry 75,8 g T 66,2 g NMT 24,7 g Błonnik 20,4 g Sól 2622,7 mg</small>	Zupa mleczna z makaronem 300.1g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa brokułowa z ryżem 300.0g (9) Klopsik rybny 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3, 4, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z kapusty pekińskiej z maślanką 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	biskopki 40.00g; (1, 3)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) papryka czerwona, słodka 75.00g; południca luksusowa 40.00g; dżem brzoskwiinowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

AHoP Sztum 13.04-22.04.2026

Sobota 2026-04-18

	Śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 13-22.04. <small>Razem E: 2053,6 kcal B: 102,4 g W: 32,0 g Cukry: 52,1 g T: 21,3 g NKT: 30,1 g Błonnik: 30,9 g Sól: 276,6 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) parówki z filetem z indyka 135.00g; ogórek 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Krupnik z kaszą wiejską 299.9g (1, 7, 9) Gulasz z szynki 150.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) twarożek z koperkiem 70.0g (7) pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka kanapkowa 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
D02 Łatwostrawna 13-22.04. <small>Razem E: 2049,3 kcal B: 102,5 g W: 29,2 g Cukry: 52,6 g T: 69,6 g NKT: 30,0 g Błonnik: 30,2 g Sól: 282,1 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) parówki z filetem z indyka 135.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Krupnik z kaszą wiejską 299.9g (1, 7, 9) Gulasz z szynki 150.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) twarożek z koperkiem 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka kanapkowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przyswaj. wegi 13-22.04. <small>Razem E: 2202,4 kcal B: 106,8 g W: 27,6 g Cukry: 54,2 g T: 81,9 g NKT: 31,2 g Błonnik: 36,8 g Sól: 215,8 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) herbata bez cukru 150.00g; parówki z filetem z indyka 135.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) ogórek 75.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 20.00g; masło ekstra 5.00g; (7)	Krupnik z kaszą wiejską 299.9g (1, 7, 9) Gulasz z szynki 150.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	gruszka 120.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) twarożek z koperkiem 70.0g (7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; szynka kanapkowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 13-22.04. <small>Razem E: 2191,5 kcal B: 105,9 g W: 29,5 g Cukry: 52,7 g T: 70,7 g NKT: 30,2 g Błonnik: 32,7 g Sól: 2841,2 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) parówki z filetem z indyka 135.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) ogórek 75.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Krupnik z kaszą wiejską 299.9g (1, 7, 9) Gulasz z szynki 150.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	chrupki kukurydziane 40.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) twarożek z koperkiem 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; szynka kanapkowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

AHoP Sztum 13.04-22.04.2026

Niedziela 2026-04-19

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 13-22.04. <small>Razem E: 3007,2 kcal B: 121,7 g W: 300,4 g Cukry: 45,6 g T: 66,6 g NMT: 28,7 g Błonnik: 27,7 g Sól: 2324,4 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Galaretką drobiową z warzywami 121.0g papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Rosół z drobiu z makaronem 299.9g (1, 9) Schab duszony w sosie 150.1g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Surówka z ogórków kiszonych 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta nabiałowa z sezamem 70.1g (7, 11) pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) polędwica sopocka 40.00g; (6) Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
D02 Łatwostrawna 13-22.04. <small>Razem E: 1987,1 kcal B: 122,2 g W: 203,5 g Cukry: 47,3 g T: 61,3 g NMT: 26,7 g Błonnik: 27,6 g Sól: 2003,4 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Galaretką drobiową z warzywami 121.0g chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) masło ekstra 12.00g; (7)		Rosół z drobiu z makaronem 299.9g (1, 9) Schab duszony w sosie 150.1g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Warzywa parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta nabiałowa z sezamem 70.1g (7, 11) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przyswaj. wegl 13-22.04. <small>Razem E: 2074,2 kcal B: 122,8 g W: 344,5 g Cukry: 57,6 g T: 68,5 g NMT: 27,4 g Błonnik: 30,8 g Sól: 1971,1 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Galaretką drobiową z warzywami 121.0g herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) papryka czerwona, słodka 75.00g; Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu 200.00g; (7)	Rosół z drobiu z makaronem 299.9g (1, 9) Schab duszony w sosie 150.1g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Surówka z ogórków kiszonych 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	jabłko 120.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Pasta nabiałowa z sezamem 70.1g (7, 11) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 13-22.04. <small>Razem E: 2034,4 kcal B: 118,9 g W: 257,4 g Cukry: 59,7 g T: 62,7 g NMT: 29,0 g Błonnik: 29,6 g Sól: 2146,3 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) papryka czerwona, słodka 75.00g; ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Rosół z drobiu z makaronem 299.9g (1, 9) Schab duszony w sosie 150.1g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Warzywa parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	jabłko 120.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta nabiałowa z sezamem 70.1g (7, 11) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)

AHoP Sztum 13.04-22.04.2026

Poniedziałek 2026-04-20

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 13-22.04. <small>Razem E: 1939,4 kcal B: 102,9 g W: 36,6 g Cukry: 50,5 g T: 58,5 g NMT: 26,7 g Błonnik: 25,8 g Sól: 2742,2 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; Serek wiejski półtłusty 80.00g; rzodkiew biała 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		żurek z maślaną 300.0g (1, 7, 9, 10) Sos bolognese z indykiem 199.9g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150.0g (7) makaron gotowany 200.00g; (1)		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta z pieczoną papryką 70.0g (7) ogórek kiszony 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka wiejska 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
D02 Łatwostrawna 13-22.04. <small>Razem E: 1955,3 kcal B: 103,9 g W: 36,6 g Cukry: 50,5 g T: 58,5 g NMT: 26,9 g Błonnik: 24,3 g Sól: 2471,7 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski półtłusty 80.00g; Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		żurek z maślaną 300.0g (1, 7, 9, 10) Sos bolognese z indykiem 199.9g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150.0g (7) makaron gotowany 200.00g; (1)		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; Twarożek homogenizowany 60.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przyswaj. wegi 13-22.04. <small>Razem E: 2070,8 kcal B: 108,9 g W: 36,4 g Cukry: 51,4 g T: 60,1 g NMT: 29,4 g Błonnik: 35,6 g Sól: 2326,1 mg</small>	herbata bez cukru 300.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) Serek wiejski półtłusty 80.00g; rzodkiew biała 75.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 20.00g; masło ekstra 5.00g; (7)	żurek z maślaną 300.0g (1, 7, 9, 10) Sos bolognese z indykiem 199.9g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150.0g (7) makaron pełnoziarnisty, gotowany 200.00g; (1)	kiwi 100.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Pasta z pieczoną papryką 70.0g (7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) ogórek kiszony 75.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 13-22.04. <small>Razem E: 2386,9 kcal B: 106,7 g W: 37,7 g Cukry: 71,4 g T: 63,8 g NMT: 34,3 g Błonnik: 23,1 g Sól: 2500,4 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski półtłusty 80.00g; rzodkiew biała 75.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		żurek z maślaną 300.0g (1, 7, 9, 10) Makaron 200g z sosem jogurtowo-truskawkowym 200g 400.1g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g makaron bezjajeczny, gotowany 200.00g; (1)	Ciasto drożdżowe z owocami 50.0g (1, 3, 7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; Twarożek homogenizowany 60.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

AHoP Sztum 13.04-22.04.2026

Wtorek 2026-04-21

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 13-22.04. <small>Razem E: 3102,7 kcal B: 115,3 g W: 230,5 g Ciepły 49,5 g T: 21,1 g NMT: 31,9 g Błonnik: 33,9 g Sól: 2224,4 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) herbata bez cukru 300.00g; pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) Ser mozzarella 50.00g; baton z kurczaka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Barszcz czerwony z białą fasolą 300.0g (9) Medaliony indyka w sosie 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 150.0g (3, 7, 9, 10) kasza pęczak na sypko 150.00g; (1)		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta z tuńczykiem 70.0g (4, 7) ogórek 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
D02 Łatwostrawna 13-22.04. <small>Razem E: 1905,6 kcal B: 116,2 g W: 260,5 g Ciepły 52,0 g T: 64,2 g NMT: 26,3 g Błonnik: 28,5 g Sól: 2272,6 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) Twarożek pietruszkowy 70.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; baton z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Barszcz czerwony 300.0g (7, 9) Medaliony indyka w sosie 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 150.0g (3, 7, 9, 10) kasza jęczmienna, perłowa na sypko 150.00g; (1)		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta z tuńczykiem 70.0g (4, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przyswaj. wegi 13-22.04. <small>Razem E: 3160,0 kcal B: 115,4 g W: 269,7 g Ciepły 61,7 g T: 20,3 g NMT: 32,7 g Błonnik: 41,7 g Sól: 1975,3 mg</small>	herbata bez cukru 300.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; Ser mozzarella 50.00g; baton z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	Twarożek z maślanką 40.0g (7) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) masło ekstra 5.00g; (7)	Barszcz czerwony z białą fasolą 300.0g (9) Medaliony indyka w sosie 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 150.0g (3, 7, 9, 10) kasza pęczak na sypko 150.00g; (1)	pomarańcza 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Pasta z tuńczykiem 70.0g (4, 7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) ogórek 75.00g; szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 13-22.04. <small>Razem E: 2086,9 kcal B: 114,3 g W: 274,5 g Ciepły 70,3 g T: 64,3 g NMT: 28,4 g Błonnik: 29,7 g Sól: 2295,6 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) Twarożek pietruszkowy 70.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; baton z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Barszcz czerwony 300.0g (7, 9) Medaliony indyka w sosie 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 150.0g (3, 7, 9, 10) kasza jęczmienna, perłowa na sypko 150.00g; (1)	Galaretka z owocami 200.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta z tuńczykiem 70.0g (4, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) ogórek 75.00g; szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

AHoP Sztum 13.04-22.04.2026

Środa 2026-04-22

	Śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 13-22.04. <small>Razem E: 2108,5 kcal B: 95,3 g W: 271,4 g Cukier 33,4 g T: 78,3 g NMT 27,9 g Błonnik 35,2 g Sól 2102,6 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) jajko gotowane 1szt. 60.00g; (3) polędwica z indyka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa kalafiorowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Stek wieprzowy smażony z cebulką 120.0g (3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z czerwonej kapusty 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta z soczewicy czerwonej 70.1g pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka parzona 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
D02 Łatwostrawna 13-22.04. <small>Razem E: 2086,3 kcal B: 102,5 g W: 292,2 g Cukier 64,4 g T: 95,3 g NMT 29,5 g Błonnik 29,6 g Sól 2420,0 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica z indyka 40.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa kalafiorowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) klopsik wieprzowy 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Szpinak gotowany 150.0g (1, 7) ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek z maślanką 70.1g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka parzona 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przyswaj. wegi 13-22.04. <small>Razem E: 2104,5 kcal B: 104,9 g W: 302,6 g Cukier 53,4 g T: 69,3 g NMT 27,7 g Błonnik 37,5 g Sól 2447,0 mg</small>	herbata bez cukru 300.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) papryka czerwona, słodka 75.00g; jajko gotowane 1szt. 60.00g; (3) polędwica z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	Twarożek z maślanką 40.0g (7) ogórek 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) masło ekstra 5.00g; (7)	Zupa kalafiorowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) klopsik wieprzowy 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z czerwonej kapusty 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	kisiel bez cukru 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Pasta z soczewicy czerwonej 70.1g herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; szynka parzona 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 13-22.04. <small>Razem E: 2015,6 kcal B: 101,4 g W: 320,2 g Cukier 61,9 g T: 69,6 g NMT 25,8 g Błonnik 28,4 g Sól 2424,0 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) papryka czerwona, słodka 75.00g; polędwica z indyka 40.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa kalafiorowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) klopsik wieprzowy 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	kisiel 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek z maślanką 70.1g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; szynka parzona 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)