

## AHoP Sztum 23.04-02.05.2026

Czwartek 2026-04-23

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 3117,5 kcal   B: 105,6 g   W: 308,6 g   Cukry 56,4 g T: 63,4 g   NMT: 27,1 g   Błonnik: 26,5 g   Sól: 2297,5 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (1, 7) sałatka makaronowa 120.0g (1, 3, 7, 10) herbata bez cukru 300.00g; ogórek 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 pomidorowa z ryżem parabolicznym 300.0g (7, 9) Szynka wieprzowa pieczona 100g w sosie 50g 150.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Surówka z porem 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) polędwica sopocka 40.00g; (6) Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>D02 Łatwostrawna 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 3036,3 kcal   B: 111,0 g   W: 283,5 g   Cukry 52,9 g T: 55,9 g   NMT: 26,3 g   Błonnik: 27,9 g   Sól: 2178,1 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą manną 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; szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym 300.0g (7, 9) Szynka wieprzowa pieczona 100g w sosie 50g 150.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Brokuły parowane 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; ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>D03 z ogr. łatwo przysw. węgl. 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 3090,9 kcal   B: 106,3 g   W: 309,5 g   Cukry 73,4 g T: 63,5 g   NMT: 25,8 g   Błonnik: 33,6 g   Sól: 1364,1 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) ogórek 75.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	Budyń bez cukru z musem truskawkowym bez cukru 200.0g (7)	Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym 300.0g (7, 9) Szynka wieprzowa pieczona 100g w sosie 50g 150.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Surówka z porem 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	jabłko 120.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 2093,2 kcal   B: 111,4 g   W: 299,3 g   Cukry 64,5 g T: 55,4 g   NMT: 26,4 g   Błonnik: 29,8 g   Sól: 2192,7 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (1, 7) Sałatka makaronowa dietetyczna z jogurtem naturalnym 120.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) ogórek 75.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym 300.0g (7, 9) Szynka wieprzowa pieczona 100g w sosie 50g 150.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 249.5g Brokuły parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	jabłko 120.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 23.04-02.05.2026

Piątek 2026-04-24

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 23.04-02.05. <small>Razem E: 3103,8 kcal   B: 94,1 g   W: 260,9 g   Cukry: 25,5 g T: 89,7 g   NMT: 31,2 g   Błonnik: 26,9 g   Sól: 7286,1 mg</small>	Zupa mleczna z ryżem 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; Serek wiejski półtłusty 80.00g; 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 z fasolki szparagowej z kaszą jaglaną 300.0g (9) Śledź z jabłkiem w sosie jogurtowo-śmietanowym 200.2g (3, 4, 7, 10) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70.0g (3, 7) ogórek 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 23.04-02.05. <small>Razem E: 1997,1 kcal   B: 100,1 g   W: 261,5 g   Cukry: 47,8 g T: 65,1 g   NMT: 28,4 g   Błonnik: 27,8 g   Sól: 2590,6 mg</small>	Zupa mleczna z ryżem 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski półtłusty 80.00g; Pomidor bez skórki 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Pejzanka z kaszą jaglaną 300.0g (1, 9) Filet rybny w sosie koperkowym 150.0g (1, 4) 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) 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 przysw. wegl. 23.04-02.05. <small>Razem E: 2064,0 kcal   B: 101,2 g   W: 262,6 g   Cukry: 52,6 g T: 75,2 g   NMT: 29,5 g   Błonnik: 37,5 g   Sól: 1924,2 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; papryka czerwona, słodka 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	pomidory, czerwone 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) połudwica z piersi kurczaka 20.00g; masło ekstra 5.00g; (7)	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą jaglaną 300.0g (9) Filet z morszczuka w sosie koperkowym 150.1g (1, 4) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Bukiet jarzyn parowanych 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	gruszka 120.00g;	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) ogórek 75.00g; szynkówka wieprzowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 23.04-02.05. <small>Razem E: 2175,3 kcal   B: 107,8 g   W: 256,5 g   Cukry: 52,2 g T: 67,4 g   NMT: 30,4 g   Błonnik: 29,8 g   Sól: 2639,4 mg</small>	Zupa mleczna z ryżem 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski półtłusty 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Pejzanka z kaszą jaglaną 300.0g (1, 9) Klopsik rybny w sosie koperkowym 150.0g (1, 4) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Bukiet jarzyn parowanych 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	Ciasto drożdżowe z owocami 50.0g (1, 3, 7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70.0g (3, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) ogórek 75.00g; szynkówka wieprzowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 23.04-02.05.2026

Sobota 2026-04-25

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 3004,1 kcal   B: 100,2 g   W: 360,1 g   Cukry 48,9 g T: 65,4 g   NMT: 29,2 g   Błonnik: 32,2 g   Sól: 2196,4 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) pasztet drobiowy pieczony 50.0g (1, 3) rzodkiew biała 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) Twarożek homogenizowany 60.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa z soczewicy 300.0g Udziec z indyka pieczony 120g w sosie 50g 170.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7)  kasza gryczana na sypko 150.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) polędwica luksusowa 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>D02 Łatwostrawna 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 3004,1 kcal   B: 100,2 g   W: 360,1 g   Cukry 48,9 g T: 65,4 g   NMT: 29,2 g   Błonnik: 32,2 g   Sól: 2196,4 mg</small>	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 z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa z dyni 300.0g (7, 9) Udziec z indyka pieczony 120g w sosie 50g 170.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7)  kasza jęczmienna, perłowa na sypko 150.00g; (1)		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica luksusowa 40.00g; dżem morelowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>D03 z ogr. łatwo przysw. węgl. 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 3124,5 kcal   B: 117,4 g   W: 352,2 g   Cukry 50,6 g T: 73,8 g   NMT: 30,9 g   Błonnik: 35,6 g   Sól: 1902,5 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) pasztet drobiowy pieczony 50.0g (1, 3) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) rzodkiew biała 75.00g; Twarożek homogenizowany 60.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 20.00g; masło ekstra 5.00g; (7)	Zupa z soczewicy 300.0g Udziec z indyka pieczony 120g w sosie 50g 170.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7)  kasza gryczana na sypko 150.00g;	maślanka spożywcza, 0,5 % 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) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica luksusowa 40.00g; Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 3004,1 kcal   B: 100,2 g   W: 360,1 g   Cukry 48,9 g T: 65,4 g   NMT: 29,2 g   Błonnik: 32,2 g   Sól: 2196,4 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; Twarożek homogenizowany 60.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa z dyni 300.0g (7, 9) Udziec z indyka pieczony 120g w sosie 50g 170.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7)  kasza jęczmienna, perłowa na sypko 150.00g; (1)	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; polędwica luksusowa 40.00g; dżem morelowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 23.04-02.05.2026

Niedziela 2026-04-26

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 1832,7 kcal   B: 104,9 g   W: 251,8 g   Cukry 48,9 g T: 52,7 g   NMT: 22,2 g   Błonnik: 31,0 g   Sól: 1806,8 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta drobiowo-warzywna 70.0g (7, 9) ogórek 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka z udźca kurczaka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Krupnik z kaszą wiejską 299.9g (1, 7, 9) Filet z piersi kurczaka pieczony 119.0g Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka wielowarzywna 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek pietruszkowy 70.0g (7) papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka wiejska 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>D02 Łatwostrawna 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 1832,0 kcal   B: 106,4 g   W: 254,2 g   Cukry 46,4 g T: 48,2 g   NMT: 21,6 g   Błonnik: 29,7 g   Sól: 2041,3 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta drobiowo-warzywna 70.0g (7, 9) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z udźca kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Krupnik z kaszą wiejską 299.9g (1, 7, 9) Filet z piersi kurczaka 100g w sosie 50g 150.0g (1) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Kalafior parowany 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek pietruszkowy 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>D03 z ogr. łatwo przysw. węgł. 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 1887,5 kcal   B: 105,7 g   W: 261,0 g   Cukry 53,7 g T: 52,7 g   NMT: 21,6 g   Błonnik: 31,9 g   Sól: 2463,3 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Pasta drobiowo-warzywna 70.0g (7, 9) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) ogórek 75.00g; szynka z udźca kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7)	Krupnik z kaszą wiejską 299.9g (1, 7, 9) Filet z piersi kurczaka 100g w sosie 50g 150.0g (1) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka wielowarzywna 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	kisiel bez cukru 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Twarożek pietruszkowy 70.0g (7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 1900,3 kcal   B: 106,7 g   W: 278,2 g   Cukry 62,8 g T: 48,5 g   NMT: 22,0 g   Błonnik: 20,5 g   Sól: 2029,4 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta drobiowo-warzywna 70.0g (7, 9) chleb baltonowski 100.00g; (1) ogórek 75.00g; szynka z udźca kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Krupnik z kaszą wiejską 299.9g (1, 7, 9) Filet z piersi kurczaka 100g w sosie 50g 150.0g (1) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Kalafior parowany 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	kisiel z jabłkiem 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek pietruszkowy 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 23.04-02.05.2026

Poniedziałek 2026-04-27

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 23.04-02.05. <small>Razem E: 2072,8 kcal   B: 116,2 g   W: 300,3 g   Cukry 45,4 g T: 60,8 g   NMT 26,9 g   Błonnik 31,7 g   Sól 193,0 mg</small>	Zupa mleczna z makaronem z pszenicy durum 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 piersi kurczaka 50.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11)masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300.0g (7, 9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z ogórków świeżych, cebuli czerwonej 150.0g ryż brązowy, gotowany 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7)  papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) szynka kanapkowa 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
D02 Łatwostrawna 23.04-02.05. <small>Razem E: 2066,3 kcal   B: 113,1 g   W: 282,4 g   Cukry 51,6 g T: 56,4 g   NMT 25,7 g   Błonnik 26,6 g   Sól 232,2 mg</small>	Zupa mleczna z makaronem z pszenicy durum 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 piersi kurczaka 50.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa z cukini 300.0g (9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Marchew parowana 150.0g  ryż biały, parboiled, gotowany 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7)  chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) szynka kanapkowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przysw. węgl. 23.04-02.05. <small>Razem E: 2119,1 kcal   B: 117,9 g   W: 271,1 g   Cukry 45,4 g T: 70,6 g   NMT 29,6 g   Błonnik 37,2 g   Sól 156,3 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 piersi kurczaka 50.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	tomidory, czerwone 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 20.00g; masło ekstra 5.00g; (7)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300.0g (7, 9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z ogórków świeżych, cebuli czerwonej 150.0g ryż brązowy, gotowany 200.00g;	kiwi 100.00g;	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 twarogowy "klinek" 60.00g; (7) szynka kanapkowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 23.04-02.05. <small>Razem E: 2212,1 kcal   B: 116,9 g   W: 377,2 g   Cukry 52,3 g T: 57,8 g   NMT 26,6 g   Błonnik 20,2 g   Sól 230,3 mg</small>	Zupa mleczna z makaronem z pszenicy durum 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 piersi kurczaka 50.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa z cukini 300.0g (9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Marchew parowana 150.0g  ryż biały, parboiled, gotowany 200.00g;	chrupki kukurydziane 40.00g;	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) szynka kanapkowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 23.04-02.05.2026

Wtorek 2026-04-28

	Śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 23.04-02.05. <small>Razem E: 2016,1 kcal   B: 108,4 g   W: 252,9 g   Cukry 53,5 g T: 67,8 g   NMT 29,7 g   Błonnik 27,9 g   Sól 2323,1 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; Serek wiejski półtłusty 80.00g; ogórek 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 koperkowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Udko kurczaka pieczone 140.0g 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) 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 23.04-02.05. <small>Razem E: 2039,3 kcal   B: 106,7 g   W: 262,6 g   Cukry 55,5 g T: 65,8 g   NMT 29,4 g   Błonnik 27,3 g   Sól 2565,8 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski półtłusty 80.00g; Pomidor bez skórki 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa koperkowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Udko kurczaka parowane z sosem 150.0g (1) 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) 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 przysw. węgl. 23.04-02.05. <small>Razem E: 2003,8 kcal   B: 105,4 g   W: 262,6 g   Cukry 60,9 g T: 72,8 g   NMT 29,9 g   Błonnik 33,8 g   Sól 1928,9 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; ogórek 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	ogórek 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) połędwica z piersi kurczaka 20.00g; masło ekstra 5.00g; (7)	Zupa koperkowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Udko kurczaka parowane z sosem 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	pomarańcza 200.00g;	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 23.04-02.05. <small>Razem E: 2189,3 kcal   B: 106,7 g   W: 252,2 g   Cukry 59,8 g T: 72,9 g   NMT 32,3 g   Błonnik 26,5 g   Sól 2831,5 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski półtłusty 80.00g; ogórek 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa koperkowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Udko kurczaka parowane z sosem 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	biskopki 40.00g; (1, 3)	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 23.04-02.05.2026

Środa 2026-04-29

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 23.04-02.05. <small>Razem E: 3124,8 kcal   B: 105,9 g   W: 258,6 g   Cukry 48,1 g T: 78,8 g   NMT 31,8 g   Błonnik 26,0 g   Sól 2503,3 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) Ser mozzarella 50.00g; polędwica z indyka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa brokułowa z ryżem 300.0g (9) Kotlet pożarski smażony 120.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z kapusty pekińskiej z maślaną 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek z siemieniem lnianym 70.0g (7) ogórek kiszony 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 23.04-02.05. <small>Razem E: 1907,5 kcal   B: 105,3 g   W: 277,5 g   Cukry 65,6 g T: 55,5 g   NMT 28,6 g   Błonnik 27,4 g   Sól 2029,5 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (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 brokułowa z ryżem 300.0g (9) pulpet drobiowy 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 mielonym 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 przysw. węgl. 23.04-02.05. <small>Razem E: 3170,2 kcal   B: 114,6 g   W: 259,9 g   Cukry 52,6 g T: 77,2 g   NMT 31,8 g   Błonnik 34,1 g   Sól 2122,7 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; Ser mozzarella 50.00g; polędwica z indyka 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)	Zupa brokułowa z ryżem 300.0g (9) pulpet drobiowy 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z kapusty pekińskiej z maślaną 150.0g (7) 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) ogórek kiszony 75.00g; polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 23.04-02.05. <small>Razem E: 2044,5 kcal   B: 104,1 g   W: 250,9 g   Cukry 79,9 g T: 56,9 g   NMT 26,3 g   Błonnik 20,0 g   Sól 2093,6 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (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 brokułowa z ryżem 300.0g (9) pulpet drobiowy 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z kapusty pekińskiej z maślaną 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	jabłko 120.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek z mielonym 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 23.04-02.05.2026

Czwartek 2026-04-30

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 23.04-02.05. <small>Razem E: 3128,7 kcal   B: 116,6 g   W: 307,5 g   Cukry 47,1 g T: 23,3 g   NMT: 28,7 g   Błonnik: 35,4 g   Sól 237,8 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) Sałatka ziemniaczana 120.0g (3, 7, 10) herbata bez cukru 300.00g; ogórek 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)		Zupa fasolowa z białą fasolką 300.2g (9, 10) Schab duszony w sosie 150.0g (1, 7) 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 twarogowa z brokułami 70.0g (7) rzodkiew biała 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 23.04-02.05. <small>Razem E: 3011,1 kcal   B: 100,3 g   W: 261,8 g   Cukry 51,5 g T: 66,5 g   NMT: 27,2 g   Błonnik: 23,6 g   Sól 239,6 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) Sałatka ziemniaczana dietetyczna 120.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa marchwiowa 300.0g (7, 9) Schab duszony w sosie 150.0g (1, 7) 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 twarogowa z brokułami 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przysw. węgł. 23.04-02.05. <small>Razem E: 3128,1 kcal   B: 116,6 g   W: 309,3 g   Cukry 47,4 g T: 23,3 g   NMT: 28,7 g   Błonnik: 35,3 g   Sól 240,1 mg</small>	Sałatka ziemniaczana dietetyczna 120.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) ogórek 75.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	Budyń bez cukru z musem truskawkowym bez cukru 200.0g (7)	Zupa fasolowa z białą fasolką 300.2g (9, 10) Schab duszony w sosie 150.0g (1, 7) 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)	kefir, 1,5% tłuszczu 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) pasta twarogowa z brokułami 70.0g (7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) rzodkiew biała 75.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 23.04-02.05. <small>Razem E: 2099,7 kcal   B: 111,7 g   W: 271,6 g   Cukry 62,5 g T: 65,7 g   NMT: 28,6 g   Błonnik: 23,5 g   Sól 240,3 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) Sałatka ziemniaczana dietetyczna 120.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) ogórek 75.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa marchwiowa 300.0g (7, 9) Schab duszony w sosie 150.0g (1, 7) 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)	jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 150.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) pasta twarogowa z brokułami 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; szynka wiejska 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 23.04-02.05.2026

Piątek 2026-05-01

	Śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 23.04-02.05. <small>Razem E: 3023,6 kcal   B: 95,4 g   W: 272,5 g   Cukry: 66,6 g T: 66,4 g   NMT: 25,7 g   Błonnik: 34,0 g   Sól: 2475,8 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Serek wiejski półtłusty 80.00g; ogórek 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) baton z kurczaka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) Filet z morszczuka w panierce pieczony 120.0g (1, 3, 4) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z kiszonej kapusty i marchwi 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta z ciecierzycy 70.1g pomidory, czerwone 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 23.04-02.05. <small>Razem E: 1877,7 kcal   B: 93,6 g   W: 251,1 g   Cukry: 47,9 g T: 57,3 g   NMT: 27,4 g   Błonnik: 29,6 g   Sól: 2538,2 mg</small>	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; baton z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) Klopsik rybny 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3, 4, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Warzywa parowane 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; Twarożek homogenizowany 60.00g; szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
D03 z ogr. łatwo przysw. węgl. 23.04-02.05. <small>Razem E: 3110,3 kcal   B: 97,5 g   W: 290,5 g   Cukry: 82,5 g T: 72,4 g   NMT: 26,9 g   Błonnik: 41,4 g   Sól: 2112,0 mg</small>	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 75.00g; baton z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) połędwica z indyka 20.00g; masło ekstra 5.00g; (7)	Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) Klopsik rybny 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3, 4, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z kiszonej kapusty i marchwi 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	gruszka 120.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Pasta z ciecierzycy 70.1g herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 23.04-02.05. <small>Razem E: 1971,0 kcal   B: 94,9 g   W: 281,5 g   Cukry: 72,1 g T: 57,6 g   NMT: 27,5 g   Błonnik: 20,8 g   Sól: 2599,0 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski półtłusty 80.00g; ogórek 75.00g; baton z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) Klopsik rybny 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3, 4, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Warzywa parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	Galaretka z owocami 200.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; Twarożek homogenizowany 60.00g; szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 23.04-02.05.2026

Sobota 2026-05-02

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 1924,3 kcal   B: 105,1 g   W: 351,1 g   Cukry 50,3 g T: 61,6 g   NMT: 26,9 g   Błonnik: 32,5 g   Sól: 2310,0 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) Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300ml 300.0g (7, 9) Gulasz z szynki 150.0g (1, 9) 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) pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) jajko gotowane 1szt. 50.00g; (3) polędwica luksusowa 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>D02 Łatwostrawna 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 1997,4 kcal   B: 103,3 g   W: 273,5 g   Cukry 65,3 g T: 51,9 g   NMT: 24,6 g   Błonnik: 29,6 g   Sól: 1562,198,3 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)		Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300ml 300.0g (7, 9) Gulasz z szynki 150.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g dynia 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; polędwica luksusowa 40.00g; dżem morelowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>D03 z ogr. łatwo przysw. węgl. 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 1962,3 kcal   B: 105,4 g   W: 323,3 g   Cukry 57,5 g T: 65,0 g   NMT: 27,8 g   Błonnik: 33,2 g   Sól: 1664,2 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)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7)	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300ml 300.0g (7, 9) Gulasz z szynki 150.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z białą rzodkwią 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	kisiel bez cukru 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; jajko gotowane 1szt. 50.00g; (3) polędwica luksusowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 23.04-02.05.</b> <small>Razem E: 1924,3 kcal   B: 95,5 g   W: 299,8 g   Cukry 77,7 g T: 51,7 g   NMT: 26,8 g   Błonnik: 29,9 g   Sól: 2313,5 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)		Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300ml 300.0g (7, 9) Gulasz z szynki 150.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g dynia parowana 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	kisiel 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica luksusowa 40.00g; dżem morelowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)