

## AHoP Sztum 03.05-12.05.2026

Niedziela 2026-05-03

	Śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 3-12.05</b> <small>Razem E: 3044,0 kcal   B: 114,9 g   W: 342,4 g   Cukry: 46,6 g T: 22,6 g   NMT: 28,3 g   Błonnik: 27,4 g   Sól: 2596,4 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)		Rosół z drobiu z makaronem 300.0g (1, 9)  Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Medaliony indyka w sosie 150.0g (1) Surówka z czerwonej kapusty 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 kanapkowa 50.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Łatwostrawna 3-12.05</b> <small>Razem E: 3019,9 kcal   B: 116,4 g   W: 272,8 g   Cukry: 45,5 g T: 70,9 g   NMT: 28,2 g   Błonnik: 25,8 g   Sól: 2526,6 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)		Rosół z drobiu z makaronem 300.0g (1, 9)  Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Medaliony indyka w sosie 150.0g (1) Brokuły parowane 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 kanapkowa 50.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Z ogr. łatwo przyswaj. węgl. 3-12.05</b> <small>Razem E: 3151,3 kcal   B: 119,3 g   W: 331,1 g   Cukry: 50,6 g T: 60,5 g   NMT: 29,4 g   Błonnik: 32,8 g   Sól: 2274,3 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)	pomidory, czerwone 50.00g; poledwica z piersi kurczaka 30.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) masło ekstra 5.00g; (7)	Rosół z drobiu z makaronem 300.0g (1, 9)  Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Medaliony indyka w sosie 150.0g (1) Surówka z czerwonej kapusty 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	jabłko 120.00g;	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 kanapkowa 50.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 3-12.05</b> <small>Razem E: 2088,3 kcal   B: 117,0 g   W: 254,0 g   Cukry: 25,5 g T: 71,5 g   NMT: 28,4 g   Błonnik: 28,2 g   Sól: 2639,5 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)		Rosół z drobiu z makaronem 300.0g (1, 9)  Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Medaliony indyka w sosie 150.0g (1) Brokuły parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	jabłko 120.00g;	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 kanapkowa 50.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 03.05-12.05.2026

Poniedziałek 2026-05-04

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 3-12.05</b> <small>Razem E: 2028,8 kcal   B: 107,6 g   W: 34,7 g   Cukry 45,3 g T: 2,4 g   NMT: 31,9 g   Błonnik 31,8 g   Sól 2362,7 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) Ser mozzarella 50.00g; polędwica 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) Leczo z indykiem i warzywami 350.0g (7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g ryż brązowy, gotowany 200.00g;		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) szynkówka wieprzowa 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Łatwostrawna 3-12.05</b> <small>Razem E: 2076,0 kcal   B: 107,5 g   W: 28,5 g   Cukry 46,7 g T: 61,3 g   NMT: 28,2 g   Błonnik 24,6 g   Sól 2201,6 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica z piersi kurczaka 40.00g; dżem morelowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		żurek z maślaną 300.0g (1, 7, 9, 10) Ragout z indyka z warzywami 300.1g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g 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; Twarożek homogenizowany 60.00g; szynkówka wieprzowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Z ogr. łatwo przyswaj. węgl. 3-12.05</b> <small>Razem E: 2145,1 kcal   B: 111,9 g   W: 27,7 g   Cukry 43,4 g T: 60,5 g   NMT: 31,5 g   Błonnik 35,7 g   Sól 2124,4 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; polędwica z piersi kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	Twarożek z maślaną 40.0g (7) ogórek 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) masło ekstra 5.00g; (7)	żurek z maślaną 300.0g (1, 7, 9, 10) Leczo z indykiem i warzywami 350.0g (7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g ryż brązowy, gotowany 200.00g;	pomarańcza 200.00g;	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; szynkówka wieprzowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 3-12.05</b> <small>Razem E: 2186,4 kcal   B: 116,5 g   W: 29,2 g   Cukry 47,2 g T: 64,4 g   NMT: 29,7 g   Błonnik 25,4 g   Sól 2268,3 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica z piersi kurczaka 40.00g; dżem morelowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		żurek z maślaną 300.0g (1, 7, 9, 10) Ragout z indyka z warzywami 300.1g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g ryż biały, parboiled, gotowany 200.00g;	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; szynkówka wieprzowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 03.05-12.05.2026

Wtorek 2026-05-05

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
Podstawowa 3-12.05 <small>Razem E: 3189,4 kcal   B: 86,2 g   W: 207,2 g   Cukry: 51,4 g T: 38,1 g   NMT: 25,2 g   Błonnik: 30,7 g   Sól: 3196,4 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (1, 7) Sałatka ryżowa 120.0g (3, 7, 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 kalafiorowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Kotlet mielony wieprzowy smażony 120.1g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z ogórków kiszonych 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Serek wiejski półtłusty 80.00g; rzodkiew biała 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) polędwica sopocka 40.00g; (6) Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
Łatwostrawna 3-12.05 <small>Razem E: 2093,2 kcal   B: 105,9 g   W: 311,1 g   Cukry: 51,4 g T: 33,2 g   NMT: 26,6 g   Błonnik: 33,4 g   Sól: 2624,5 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (1, 7) Sałatka ryżowa dietetyczna 120.0g (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 kalafiorowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Zrazik wieprzowy 100g w sosie 50g 149.9g (1, 3) 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) chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski półtłusty 80.00g; Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)
Z ogr. łatwo przyswaj. węgl. 3-12.05 <small>Razem E: 2056,9 kcal   B: 101,7 g   W: 292,7 g   Cukry: 54,6 g T: 39,3 g   NMT: 26,8 g   Błonnik: 31,2 g   Sól: 2245,6 mg</small>	Sałatka ryżowa dietetyczna 120.0g (7) 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)	kiwi 100.00g;	Zupa kalafiorowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Zrazik wieprzowy 100g w sosie 50g 149.9g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z ogórków kiszonych 150.0g 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) Serek wiejski półtłusty 80.00g; rzodkiew biała 75.00g; polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)
Dzieci 3-12.05 <small>Razem E: 2186,9 kcal   B: 111,2 g   W: 244,3 g   Cukry: 62,6 g T: 55,5 g   NMT: 28,2 g   Błonnik: 24,2 g   Sól: 2720,6 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (1, 7) Sałatka ryżowa dietetyczna 120.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa kalafiorowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Zrazik wieprzowy 100g w sosie 50g 149.9g (1, 3) 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) Serek wiejski półtłusty 80.00g; rzodkiew biała 75.00g; polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 03.05-12.05.2026

Środa 2026-05-06

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 3-12.05</b> <small>Razem E: 3119,7 kcal   B: 116,6 g   W: 388,3 g   Cukry: 57,7 g T: 61,3 g   NMT: 28,6 g   Błonnik: 32,1 g   Sól: 2316,3 mg</small>	Zupa mleczna z ryżem 300.0g (7) Szynka w galarecie z warzywami 120.0g herbata bez cukru 300.00g; 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)		Zupa z ciecierzycy 300.0g (9) Udziec z indyka w sosie brokułowym 150.0g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7)  makaron bezjajeczny, gotowany 200.00g; (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 parzona 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Łatwostrawna 3-12.05</b> <small>Razem E: 3061,5 kcal   B: 107,6 g   W: 372,2 g   Cukry: 56,1 g T: 59,4 g   NMT: 28,6 g   Błonnik: 26,9 g   Sól: 2222,2 mg</small>	Zupa mleczna z ryżem 300.0g (7) Szynka w galarecie z warzywami 120.0g herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa z dyni 300.0g (7, 9) Udziec z indyka w sosie brokułowym 150.0g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7)  makaron bezjajeczny, gotowany 200.00g; (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 parzona 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Z ogr. łatwo przyswaj. węgl. 3-12.05</b> <small>Razem E: 3205,8 kcal   B: 123,1 g   W: 391,4 g   Cukry: 62,7 g T: 69,3 g   NMT: 30,2 g   Błonnik: 40,4 g   Sól: 1815,3 mg</small>	Szynka w galarecie z warzywami 120.0g 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 gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	Twarożek z maślanką 40.0g (7) pomidory, czerwone 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) masło ekstra 5.00g; (7)	Zupa z ciecierzycy 300.0g (9) Udziec z indyka w sosie brokułowym 150.0g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7)  makaron pełnoziarnisty, gotowany 200.00g; (1)	kisiel bez cukru z jabłkiem 150.0g	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 parzona 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 3-12.05</b> <small>Razem E: 2112,7 kcal   B: 86,7 g   W: 292,4 g   Cukry: 31,7 g T: 62,8 g   NMT: 31,5 g   Błonnik: 23,3 g   Sól: 2055,6 mg</small>	Zupa mleczna z ryżem 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; 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 z dyni 300.0g (7, 9) Udziec z indyka w sosie brokułowym 150.0g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7)  makaron bezjajeczny, gotowany 200.00g; (1)	kisiel z jabłkiem 150.0g	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 parzona 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 03.05-12.05.2026

Czwartek 2026-05-07

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 3-12.05</b> <small>Razem E: 1964,1 kcal   B: 110,9 g   W: 199,6 g   Cukry: 55,9 g T: 63,3 g   NMT: 27,9 g   Błonnik: 29,6 g   Sól: 1912,9 mg</small>	Zupa mleczna z makaronem z pszenicy durum 300.0g (1, 7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70.0g (3, 7) herbata bez cukru 300.00g; pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka z indyka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Barszcz czerwony 300.0g (7, 9) Szynka pieczona 100g w sosie 50g 150.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka wielowarzywna 150.0g (7)  kasza gryczana na sypko 150.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) twarożek z koperkiem 70.0g (7)  papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka kanapkowa 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Łatwostrawna 3-12.05</b> <small>Razem E: 1941,2 kcal   B: 107,6 g   W: 203,3 g   Cukry: 52,4 g T: 61,1 g   NMT: 27,5 g   Błonnik: 27,6 g   Sól: 2133,4 mg</small>	Zupa mleczna z makaronem z pszenicy durum 300.0g (1, 7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70.0g (3, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Barszcz czerwony 300.0g (7, 9) Szynka pieczona 100g w sosie 50g 150.0g (1, 7, 9) 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) 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)
<b>Z ogr. łatwo przyswaj. węgl. 3-12.05</b> <small>Razem E: 2075,6 kcal   B: 120,5 g   W: 346,2 g   Cukry: 54,2 g T: 52,2 g   NMT: 27,2 g   Błonnik: 31,1 g   Sól: 1669,3 mg</small>	Pasta jajeczna ze szpinakiem 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; szynka z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	pomidory, czerwone 50.00g; Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) masło ekstra 5.00g; (7)	Barszcz czerwony 300.0g (7, 9) Szynka pieczona 100g w sosie 50g 150.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka wielowarzywna 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) twarożek z koperkiem 70.0g (7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka kanapkowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 3-12.05</b> <small>Razem E: 2020,9 kcal   B: 104,2 g   W: 272,1 g   Cukry: 62,7 g T: 61,4 g   NMT: 27,7 g   Błonnik: 28,7 g   Sól: 2161,6 mg</small>	Zupa mleczna z makaronem z pszenicy durum 300.0g (1, 7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70.0g (3, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; szynka z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Barszcz czerwony 300.0g (7, 9) Szynka pieczona 100g w sosie 50g 150.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Kalafior parowany 150.0g  kasza jęczmienna, perłowa na sypko 150.00g; (1)	Mus owocowy 100.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) twarożek z koperkiem 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka kanapkowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 03.05-12.05.2026

Piątek 2026-05-08

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 3-12.05</b> <small>Razem E: 3140,4 kcal   B: 101,9 g   W: 230,9 g   Cukry 53,3 g T: 67,8 g   NMT: 25,2 g   Błonnik 31,4 g   Sól 2926,5 mg</small>	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 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 z udźca kurczaka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Krupnik z kaszą wiejską 300.0g (1, 7, 9) Kotlecik rybny pieczony 120.0g (1, 3, 4) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z porem 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta nabiałowa z sezamem 70.0g (7, 11) pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) polędwica luksusowa 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Łatwostrawna 3-12.05</b> <small>Razem E: 2061,2 kcal   B: 104,4 g   W: 292,2 g   Cukry 52,1 g T: 58,6 g   NMT: 24,5 g   Błonnik 31,6 g   Sól 2844,4 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) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z udźca kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Krupnik z kaszą wiejską 300.0g (1, 7, 9) Filet z morszczuka w sosie koperkowym 150.1g (1, 4) 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) Pasta nabiałowa z sezamem 70.0g (7, 11) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica luksusowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Z ogr. łatwo przyswaj. węgl. 3-12.05</b> <small>Razem E: 3101,1 kcal   B: 101,8 g   W: 266,7 g   Cukry 49,2 g T: 63,2 g   NMT: 23,7 g   Błonnik 35,1 g   Sól 1946,7 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 z udźca kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	Budyń bez cukru z musem truskawkowym bez cukru 200.0g (7)	Krupnik z kaszą wiejską 300.0g (1, 7, 9) Filet z morszczuka w sosie koperkowym 150.1g (1, 4) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z porem 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	gruszka 120.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Pasta nabiałowa z sezamem 70.0g (7, 11) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica luksusowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 3-12.05</b> <small>Razem E: 2262,2 kcal   B: 112,2 g   W: 238,5 g   Cukry 59,6 g T: 58,5 g   NMT: 24,5 g   Błonnik 33,3 g   Sól 3021,2 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) ogórek 75.00g; szynka z udźca kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Krupnik z kaszą wiejską 300.0g (1, 7, 9) Klopsik rybny w sosie koperkowym 150.0g (1, 4) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Marchew parowana 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	biszkopty 40.00g; (1, 3)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta nabiałowa z sezamem 70.0g (7, 11) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica luksusowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 03.05-12.05.2026

Sobota 2026-05-09

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 3-12.05</b> <small>Razem E: 1963,5 kcal   B: 104,6 g   W: 358,6 g   Cukry 50,9 g T: 58,6 g   NMT: 26,2 g   Błonnik: 29,9 g   Sól: 2106,7 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) pasztet drobiowy pieczony 50.0g (1, 3)  papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) Twarożek homogenizowany 60.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7)  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) pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka wiejska 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Łatwostrawna 3-12.05</b> <small>Razem E: 1895,9 kcal   B: 93,6 g   W: 272,5 g   Cukry 67,5 g T: 52,7 g   NMT: 25,2 g   Błonnik: 28,0 g   Sól: 2499,5 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; baton szynkowy z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7)  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) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka wiejska 40.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Z ogr. łatwo przyswaj. węgl. 3-12.05</b> <small>Razem E: 2002,8 kcal   B: 106,5 g   W: 274,2 g   Cukry 54,2 g T: 68,8 g   NMT: 20,9 g   Błonnik: 35,0 g   Sól: 1820,4 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) papryka czerwona, słodka 75.00g; Twarożek homogenizowany 60.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	ogórek 50.00g; baton szynkowy z indyka 30.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) masło ekstra 5.00g; (7)	Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7)  Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane 150.0g 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; szynka wiejska 40.00g; Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 3-12.05</b> <small>Razem E: 1966,5 kcal   B: 93,6 g   W: 293,3 g   Cukry 61,4 g T: 53,5 g   NMT: 25,4 g   Błonnik: 31,0 g   Sól: 2460,1 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) papryka czerwona, słodka 75.00g; Twarożek homogenizowany 60.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa chłopska z zacierką 300.0g (1, 3, 7, 9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7)  Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane 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; szynka wiejska 40.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 03.05-12.05.2026

Niedziela 2026-05-10

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 3-12.05</b> <small>Razem E: 1858,9 kcal   B: 104,9 g   W: 238,0 g   Cukry: 44,4 g T: 58,4 g   NMT: 23,9 g   Błonnik: 28,0 g   Sól: 2263,1 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta drobiowo-warzywna 70.0g (7, 9) rzodkiew biała 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) Filet z piersi kurczaka pieczony 119.0g 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) ogórek kiszony 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>Łatwostrawna 3-12.05</b> <small>Razem E: 1970,3 kcal   B: 107,5 g   W: 250,3 g   Cukry: 45,6 g T: 53,0 g   NMT: 26,9 g   Błonnik: 27,7 g   Sól: 1983,4 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta drobiowo-warzywna 70.0g (7, 9) chleb baltonowski 100.00g; (1) 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) Filet z piersi kurczaka 100g w sosie 50g 150.0g (1) 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) 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>Z ogr. łatwo przyswaj. węgl. 3-12.05</b> <small>Razem E: 2017,7 kcal   B: 117,4 g   W: 255,6 g   Cukry: 45,6 g T: 66,4 g   NMT: 27,9 g   Błonnik: 31,2 g   Sól: 1940,4 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) rzodkiew biała 75.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	Twarożek z maślaną 40.0g (7) pomidory, czerwone 50.00g; chleb orkiszowy 30.00g; (1) masło ekstra 5.00g; (7)	Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym 300.0g (7, 9) Filet z piersi kurczaka 100g w sosie 50g 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z kapusty pekińskiej z maślaną 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) ogórek kiszony 75.00g; ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 3-12.05</b> <small>Razem E: 1946,3 kcal   B: 116,9 g   W: 253,1 g   Cukry: 50,2 g T: 56,0 g   NMT: 25,0 g   Błonnik: 28,0 g   Sól: 2073,3 mg</small>	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta drobiowo-warzywna 70.0g (7, 9) chleb baltonowski 100.00g; (1) rzodkiew biała 75.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym 300.0g (7, 9) Filet z piersi kurczaka 100g w sosie 50g 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z kapusty pekińskiej z maślaną 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	jogurt truskawkowy, 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; ser twarogowy "klinek" 60.00g; (7) polędwica sopocka 40.00g; (6) masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 03.05-12.05.2026

Poniedziałek 2026-05-11

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 3-12.05</b> <small>Razem E: 2077,4 kcal   B: 117,4 g   W: 369,3 g   Cukry: 52,6 g T: 66,6 g   NMT: 28,9 g   Błonnik: 36,0 g   Sól: 2092,2 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) Pasta jajeczna z koperkiem 70.0g (3, 7) herbata bez cukru 300.00g; pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) baton z kurczaka 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)		Grochówka 299.4g (9, 10) Kaszotto z kaszy pęczak, indyka i warzyw 400.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150.0g (7)		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Ryba w galarecie z warzywami 120.0g (4)  papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Łatwostrawna 3-12.05</b> <small>Razem E: 1962,1 kcal   B: 109,6 g   W: 253,2 g   Cukry: 53,2 g T: 63,1 g   NMT: 27,2 g   Błonnik: 29,5 g   Sól: 2141,6 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) Pasta jajeczna z koperkiem 70.0g (3, 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)		Zupa marchwiowa 300.0g (7, 9) Kaszotto z kaszy jęczmiennej, indyka i warzyw 400.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150.0g (7)		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 wieprzowa, gotowana 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Z ogr. łatwo przyswaj. węgl. 3-12.05</b> <small>Razem E: 2064,1 kcal   B: 111,1 g   W: 355,6 g   Cukry: 62,4 g T: 70,3 g   NMT: 28,3 g   Błonnik: 35,4 g   Sól: 1326,5 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; baton z kurczaka 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 marchwiowa 300.0g (7, 9) Kaszotto z kaszy pęczak, indyka i warzyw 400.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150.0g (7)	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) papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 3-12.05</b> <small>Razem E: 2119,0 kcal   B: 104,4 g   W: 264,0 g   Cukry: 50,0 g T: 67,7 g   NMT: 30,2 g   Błonnik: 31,6 g   Sól: 2202,0 mg</small>	Zupa mleczna z zacierką 300.1g (1, 3, 7) Pasta jajeczna z koperkiem 70.0g (3, 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)		Zupa marchwiowa 300.0g (7, 9) Kaszotto z kaszy jęczmiennej, indyka i warzyw 400.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150.0g (7)	chrupki kukurydziane 40.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; Ser gouda o obniżonej zawartości tłuszczu 30.00g; masło ekstra 12.00g; (7)

## AHoP Sztum 03.05-12.05.2026

Wtorek 2026-05-12

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<b>Podstawowa 3-12.05</b> <small>Razem E: 2028,7 kcal   B 97,3 g   W 291,1 g   Cukry 46,8 g T 58,7 g   NMT 26,4 g   Błonnik 31,0 g   Sól 225,4 mg</small>	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (7) herbata bez cukru 300.00g; Serek wiejski półtłusty 80.00g; ogórek 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) szynka 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) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Gołąbek w sosie pomidorowym 250.0g (1) ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta z soczewicy czerwonej 70.0g pomidory, czerwone 75.00g; chleb baltonowski 70.00g; (1) polędwica luksusowa 40.00g; Chleb razowy 30.00g; (1, 6, 11) masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Łatwostrawna 3-12.05</b> <small>Razem E: 2046,3 kcal   B 100,3 g   W 279,9 g   Cukry 51,8 g T 61,0 g   NMT 29,3 g   Błonnik 26,6 g   Sól 250,0 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 indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa koperkowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Pulpet mięsno-ryżowy 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3) Warzywa parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;		Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek z maślaną 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica luksusowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Z ogr. łatwo przyswaj. węgl. 3-12.05</b> <small>Razem E: 2047,4 kcal   B 92,5 g   W 282,9 g   Cukry 57,4 g T 67,6 g   NMT 25,8 g   Błonnik 34,7 g   Sól 162,2 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; ogórek 75.00g; szynka z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)	kiwi 100.00g;	Zupa koperkowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Pulpet mięsno-ryżowy 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3) Surówka z białej kapusty 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	kisiel bez cukru 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 150.0g (1, 7) Pasta z soczewicy czerwonej 70.0g herbata bez cukru 150.00g; Chleb razowy 100.00g; (1, 6, 11) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica luksusowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)
<b>Dzieci 3-12.05</b> <small>Razem E: 2110,9 kcal   B 104,3 g   W 293,4 g   Cukry 60,4 g T 69,9 g   NMT 29,4 g   Błonnik 28,1 g   Sól 259,3 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; ogórek 75.00g; szynka z indyka 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)		Zupa koperkowa z makaronem 300.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Pulpet mięsno-ryżowy 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3) Warzywa parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	kisiel 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek z maślaną 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) pomidory, czerwone 75.00g; polędwica luksusowa 40.00g; masło ekstra 12.00g; (7)