

AHoP Sztum 11-20.06.2026

Czwartek 2026-06-11

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z org. tłuszczu 11.06-20.06. Razem E: 2017.4 kcal B 95.1 g W 305.9 g Cukry 100.5 g T 52.2 g NKT 16.5 g Błonnik 30.4 g Sód 2476.6 mg	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250.0g (1, 7) herbata czarna bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica z piersi kurczaka 40.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa ziemniaczana na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) Gulasz z szynki 150.0g (1, 9) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane 150.0g kasza jęczmienna, perłowa na sypko 150.00g; (1)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) Pasta nabiałowa z sezamem 60.0g (7, 11) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka kanapkowa 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; kefir, 1,5% tłuszczu 200.00g; (7) banan 120.00g;
D11 Papkowata 11.06-20.06. Razem E: 1816.5 kcal B 86.7 g W 260.5 g Cukry 70.2 g T 53.3 g NKT 26.0 g Błonnik 30.6 g Sód 2088.8 mg	Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami miksowana 300.0g (1, 7, 9) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Zupa ziemniaczana krem 300.0g (9) Gulasz z szynki miksowany 150.0g (1, 9) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane miksowane 150.0g kasza jęczmienna, perłowa miksowana 150.00g; (1)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona z twarogiem miksowana 300.0g (1, 7)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 11.06-20.06.x Razem E: 1752.5 kcal B 76.9 g W 243.7 g Cukry 67.2 g T 57.8 g NKT 32.6 g Błonnik 29.3 g Sód 2253.2 mg	Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Zupa ziemniaczana sonda 300.0g (7, 9) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Płynna obiadowa z szynką i warzywami 500.0g (7, 9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na mleku z twarogiem 500.0g (1, 7)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;

AHoP Sztum 11-20.06.2026

Piątek 2026-06-12

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z org. tłuszczu 11.06-20.06. Razem E: 2002.5 kcal B 88.9 g W 298.2 g Cukry 50.8 g T 57.1 g NKT 14.6 g Błonnik 33.9 g Sód 2556.6 mg	Zupa mleczna z ryżem 250.0g (7) Sałatka makaronowa dietetyczna z jogurtem naturalnym 120.0g (1, 7) herbata czarna bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z indyka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Krupnik z kaszą wiejską na wywarze warzywnym 300.0g (1, 7, 9) Klopsik rybny 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3, 4, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Brokuły parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; Twarożek homogenizowany bez tłuszczu 60.00g; szynkówka wieprzowa 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	Sałatka z buraków, rukoli, słonecznika mielonego 120.0g herbata czarna bez cukru 250.00g;
D11 Papkowata 11.06-20.06. Razem E: 1973.6 kcal B 83.9 g W 291.5 g Cukry 76.2 g T 58.6 g NKT 29.2 g Błonnik 30.5 g Sód 2094.2 mg	Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami miksowana 300.0g (1, 7, 9) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Krupnik z kaszą wiejską krem 300.0g (1, 7, 9) Klopsik rybny 100g w sosie pomidorowym 50g miksowany 150.0g (1, 3, 4, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g dynia parowana miksowana 150.0g ziemniaki puree 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona z twarogiem miksowana 300.0g (1, 7)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D12 Płynna 11.06-20.06.x Razem E: 1842.3 kcal B 76.8 g W 274.0 g Cukry 77.8 g T 54.7 g NKT 31.4 g Błonnik 31.0 g Sód 1678.2 mg	Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Krupnik z kaszą wiejską sonda 300.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Płynna obiadowa z morskizucha i warzyw 500.0g (4, 7, 9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na mleku z twarogiem 500.0g (1, 7)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;

AHoP Sztum 11-20.06.2026

Sobota 2026-06-13

	Śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z org. tłuszczu 11.06-20.06. Razem E- 1987,4 kcal B 99,4 g W 292,9 g Cukry 80,4 g T 53,1 g NKT 15,1 g Błonnik 35,0 g Sód 2354,8 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) Szynka w galarecie z warzywami 120.0g chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; ser twarogowy "klinek" chudy 60.00g; (7) margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa kalafiorowa z makaronem na wywarze warzywnym 300.0g (1, 7, 9) Zrazik wieprzowy 100g w sosie 50g 149.9g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 150.0g (3, 7, 9, 10) ziemniaki gotowane 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; połędwica sopocka 40.00g; (6) dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) jabłko pieczone 100.00g;
D11 Papkowata 11.06-20.06. Razem E- 1857,6 kcal B 96,2 g W 251,4 g Cukry 63,9 g T 55,8 g NKT 28,3 g Błonnik 23,2 g Sód 1981,3 mg	Bułka pszenna namoczona z twarożkiem miksowana 300.0g (1, 7) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Zupa koperkowa z makaronem miksowana 300.0g (1, 7, 9) Zrazik wieprzowy 100g w sosie 50g miksowany 149.1g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Cukinia parowana miksowana 150.0g ziemniaki puree 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami i mięsem drobiowym miksowana 300.0g (1, 7, 9)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus owocowy 100.00g;
D12 Płynna 11.06-20.06.x Razem E- 1875,8 kcal B 91,3 g W 253,7 g Cukry 68,4 g T 60,0 g NKT 33,3 g Błonnik 25,1 g Sód 1611,7 mg	Płynna na mleku z twarożkiem 500.0g (1, 7) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Zupa koperkowa z makaronem sonda 300.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Płynna obiadowa z szynką i warzywami 500.0g (7, 9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 500.0g (1, 7, 9)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus owocowy 100.00g;

AHoP Sztum 11-20.06.2026

Niedziela 2026-06-14

	Śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z org. tłuszczu 11.06-20.06. Razem E: 1961.8 kcal B 99.8 g W 272.4 g Cukry 67.7 g T 57.9 g NKT 14.4 g Błonnik 30.6 g Sod 2180.0 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) Pasta z białka jajka 60.0g (3, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) Schab duszony w sosie 150.1g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Bukiet jarzyn parowanych 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) Twarożek chudy z mielonym siemieniem lnianym 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka parzona 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; banan 120.00g;
D11 Papkowata 11.06-20.06. Razem E: 1945.4 kcal B 105.3 g W 247.8 g Cukry 68.1 g T 63.5 g NKT 32.4 g Błonnik 27.1 g Sod 2182.9 mg	Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami i mięsem drobiowym miksowana 300.0g (1, 7, 9) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Zupa pomidorowa z ryżem miksowana 300.0g (7, 9) Schab duszony w sosie miksowany 150.1g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Szpinak gotowany miksowany 150.0g (1, 7) ziemniaki puree 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona z twarogiem miksowana 300.0g (1, 7)	sok wielowarzywny 300.00g; (9) herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 11.06-20.06.x Razem E: 1918.6 kcal B 95.1 g W 262.3 g Cukry 74.4 g T 59.5 g NKT 33.0 g Błonnik 28.5 g Sod 1883.6 mg	Płynna na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 500.0g (1, 7, 9) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Zupa pomidorowa z ryżem sonda 300.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Płynna obiadowa ze schabem i warzywami 500.0g (7, 9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na mleku z twarogiem 500.0g (1, 7)	sok wielowarzywny 300.00g; (9) herbata czarna bez cukru 250.00g;

AHoP Sztum 11-20.06.2026

Poniedziałek 2026-06-15

	Śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z org. tłuszczu 11.06-20.06. Razem E: 2003.4 kcal B 110.0 g W 268.1 g Cukry 58.3 g T 60.5 g NKT 21.5 g Błonnik 24.8 g Sód 2305.4 mg	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250.0g (7) herbata czarna bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski lekki 80.00g; Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica z piersi kurczaka 50.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa z dyni 300.0g (7, 9) sos bolognese z mięsem drobiowym 200.0g (1, 9) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150.0g (7) makaron gotowany 200.00g; (1)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) Pasta z tuńczykiem 60.0g (4, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	Koktajl z tuskawkami i sezamem bez cukru 200.0g (7) herbata czarna bez cukru 250.00g;
D11 Papkowata 11.06-20.06. Razem E: 1937.3 kcal B 87.9 g W 289.8 g Cukry 62.0 g T 55.8 g NKT 24.7 g Błonnik 38.1 g Sód 2222.8 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami miksowana 300.0g (1, 7, 9)		Zupa z dyni krem 300.0g (7, 9) makaron sos bolognese z mięsem drobiowym i warzywami miksowany 300.0g (1, 7, 9) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Seler parowany miksowany 150.0g (9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami i tuńczykiem miksowana 300.0g (1, 4, 7, 9)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 11.06-20.06.x Razem E: 1747.6 kcal B 64.0 g W 254.4 g Cukry 63.1 g T 60.5 g NKT 33.0 g Błonnik 36.1 g Sód 2191.1 mg	Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Zupa z dyni sonda 300.0g (7, 9) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Płynna obiadowa z indyka i warzyw 500.0g (7, 9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;

AHoP Sztum 11-20.06.2026

Wtorek 2026-06-16

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z org. tłuszczu 11.06-20.06. Razem E: 1893,6 kcal B 100,0 g W 262,8 g Cukry 59,4 g T 54,8 g NKT 17,4 g Błonnik 27,6 g Sód 2444,7 mg	Zupa mleczna z makaronem z pszenicy durum 250.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; Twarożek homogenizowany bez tłuszczu 60.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa z cukini 300.0g (9) Medaliony indyka w sosie 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Szpinak gotowany 150.0g (1, 7) kasza jęczmienna, perłowa na sypko 150.00g; (1)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) Pasta z białka jajka z koperkiem 60.0g (3, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; połędwica luksusowa 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D11 Papkowata 11.06-20.06. Razem E: 1850,2 kcal B 97,5 g W 252,9 g Cukry 68,2 g T 55,0 g NKT 26,1 g Błonnik 27,3 g Sód 1461,3 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona z twarożkiem miksowana 300.0g (1, 7)		Zupa z cukini krem 300.0g (9) Medaliony indyka w sosie miksowane 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Szpinak gotowany miksowany 150.0g (1, 7) kasza jęczmienna, perłowa miksowana 150.00g; (1)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami i białkiem jajka miksowana 300.0g (1, 3, 7, 9)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D12 Płynna 11.06-20.06.x Razem E: 1833,7 kcal B 86,4 g W 248,9 g Cukry 76,0 g T 60,0 g NKT 32,4 g Błonnik 27,6 g Sód 1755,6 mg	Płynna na mleku z twarożkiem 500.0g (1, 7) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Zupa z cukini sonda 300.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Płynna obiadowa z indyka i warzyw 500.0g (7, 9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i białkiem jajka 500.0g (1, 3, 7, 9)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;

AHoP Sztum 11-20.06.2026

Środa 2026-06-17

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z org. tłuszczu 11.06-20.06. Razem E: 2034.4 kcal B 107.3 g W 296.9 g Cukry 68.8 g T 52.7 g NKT 13.9 g Błonnik 30.3 g Sód 2243.3 mg	Zupa mleczna z kaszą manną 250.0g (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; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Rosół wege z makaronem 300.0g (1, 9) pulpet drobiowy 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z marchwi z jogurtem naturalnym 150.0g (7) ziemniaki gotowane 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) Twarożek chudy z maślaną 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka kanapkowa 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	Kasza orkiszowa z kurczakiem, cukinią i oliwą 120.0g (1) herbata czarna bez cukru 250.00g;
D11 Papkowata 11.06-20.06. Razem E: 1926.2 kcal B 98.1 g W 256.5 g Cukry 65.6 g T 61.4 g NKT 30.4 g Błonnik 29.5 g Sód 2794.3 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami miksowana 300.0g (1, 7, 9)		Rosół z drobiu z makaronem miksowany 300.0g (1, 9) pulpet drobiowy 100g w sosie 50g miksowany 150.1g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Marchew parowana miksowana 150.0g ziemniaki puree 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona z twarogiem miksowana 300.0g (1, 7)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 11.06-20.06.x Razem E: 1851.4 kcal B 91.0 g W 249.8 g Cukry 66.8 g T 59.5 g NKT 32.7 g Błonnik 28.4 g Sód 2304.3 mg	Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Rosół z drobiu z makaronem sonda 300.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Płynna obiadowa z indyka i warzyw 500.0g (7, 9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na mleku z twarogiem 500.0g (1, 7)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 -

AHoP Sztum 11-20.06.2026

Czwartek 2026-06-18

	Śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z org. tłuszczu 11.06-20.06. Razem E: 1919.5 kcal B 99.1 g W 275.0 g Cukry 58.8 g T 52.2 g NKT 14.9 g Błonnik 29.0 g Sód 2277.3 mg	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250.0g (1, 7) Sałatka ziemniaczana dietetyczna 120.0g (7) herbata czarna bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa marchwiowa na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) Udziec z indyka pieczony 120g w sosie 50g 170.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Kalafior parowany 150.0g ryż biały, parboiled, gotowany 150.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) Twarożek pietruszkowy 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynkówka wieprzowa 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus owocowy 100.00g;
D11 Papkowata 11.06-20.06. Razem E: 1879.6 kcal B 97.0 g W 270.5 g Cukry 67.2 g T 49.2 g NKT 24.8 g Błonnik 25.4 g Sód 1473.9 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami miksowana 300.0g (1, 7, 9)		Zupa marchwiowa krem 300.0g (7, 9) Udziec z indyka pieczony w sosie miksowany 170.0g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Cukinia parowana miksowana 150.0g ryż biały, parboiled, gotowany miksowany 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona z twarogiem miksowana 300.0g (1, 7)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus owocowy 100.00g;
D12 Płynna 11.06-20.06.x Razem E: 1807.6 kcal B 80.7 g W 256.2 g Cukry 74.0 g T 56.8 g NKT 32.2 g Błonnik 29.4 g Sód 1719.4 mg	Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Zupa marchwiowa sonda 300.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Płynna obiadowa z udźca i warzyw 500.0g (7, 9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na mleku z twarogiem 500.0g (1, 7)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus owocowy 100.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 -

AHoP Sztum 11-20.06.2026

Piątek 2026-06-19

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z org. tłuszczu 11.06-20.06. Razem E: 1974,0 kcal B 100,1 g W 272,7 g Cukry 63,0 g T 58,7 g NKT 17,4 g Błonnik 28,2 g Sód 2629,2 mg	Zupa mleczna z ryżem 250.0g (7) Pasta z białka jajka ze szpinakiem 60.0g (3, 7) herbata czarna bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; baton z kurczaka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa chłopska z zacierką na wywarze warzywnym 300.0g (1, 3, 7, 9) Filet z morszczuka w sosie koperkowym 150.1g (1, 4) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Warzywa parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski lekki 80.00g; Pomidor bez skórki 75.00g; polędwica sopocka 40.00g; (6) margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; kefir, 1,5% tłuszczu 200.00g; (7) jabłko pieczone 100.00g;
D11 Papkowata 11.06-20.06. Razem E: 1777,5 kcal B 88,3 g W 232,9 g Cukry 60,0 g T 60,1 g NKT 28,8 g Błonnik 31,7 g Sód 2249,3 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami i białkiem jajka miksowana 300.0g (1, 3, 7, 9)		Zupa ziemniaczana krem 300.0g (9) Filet z morszczuka w sosie koperkowym miksowany 150.0g (1, 4) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Szpinak gotowany miksowany 150.0g (1, 7) ziemniaki puree 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami i mięsem drobiowym miksowana 300.0g (1, 7, 9)	sok wielowarzywny 300.00g; (9) herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 11.06-20.06.x Razem E: 1737,5 kcal B 77,7 g W 246,7 g Cukry 62,6 g T 55,4 g NKT 30,0 g Błonnik 33,3 g Sód 2061,4 mg	Płynna na wywarze z warzywami i białkiem jajka 500.0g (1, 3, 7, 9) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Zupa ziemniaczana sonda 300.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Płynna obiadowa z morszczuka i warzyw 500.0g (4, 7, 9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 500.0g (1, 7, 9)	sok wielowarzywny 300.00g; (9) herbata czarna bez cukru 250.00g;

AHoP Sztum 11-20.06.2026

Sobota 2026-06-20

	Śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z org. tłuszczu 11.06-20.06. Razem E: 1975,5 kcal B 109,4 g W 279,7 g Cukry 63,9 g T 52,7 g NKT 13,4 g Błonnik 33,4 g Sód 2110,7 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) Galaretka drobiowa z warzywami 121.0g chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; ser twarogowy "klinek" chudy 60.00g; (7) margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Marchew parowana 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka wiejska 40.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	Salatka z kaszy jęczmiennej i tuńczyka 120.0g (1, 3, 4) herbata czarna bez cukru 250.00g;
D11 Papkowata 11.06-20.06. Razem E: 1970,3 kcal B 92,1 g W 276,5 g Cukry 76,1 g T 60,7 g NKT 30,1 g Błonnik 30,3 g Sód 2150,5 mg	Bułka pszenna namoczona z twarożkiem miksowana 300.0g (1, 7) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Pejzanka z kaszą jaglaną krem 300.0g (1, 9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Marchew parowana miksowana 150.0g ziemniaki puree 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Bułka pszenna namoczona w wywarze z warzywami miksowana 300.0g (1, 7, 9)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D12 Płynna 11.06-20.06.x Razem E: 1815,6 kcal B 81,3 g W 255,0 g Cukry 76,5 g T 58,0 g NKT 32,2 g Błonnik 28,3 g Sód 1648,9 mg	Płynna na mleku z twarożkiem 500.0g (1, 7) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7)		Pejzanka z kaszą jaglaną sonda 300.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Płynna obiadowa z indyka i warzyw 500.0g (7, 9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 -