

AHoP Sztum 30.08-08.09.2026

Niedziela 2026-08-30

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 30.08-8.09. Razem E: 1975,1 kcal B 105,0 g W 264,1 g Cukry 64,7 g T 61,4 g NKT 17,5 g Błonnik 30,7 g Sod 2378,8 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (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 ziemniaczana na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) Schab w sosie 150.1g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Warzywa parowane 150.0g kasza jęczmienna, perłowa na sypko 150.00g; (1)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta z białka jajka ze szpinakiem 60.0g (3, 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) jabłko pieczone 100.00g;
D11 Papkowata 30.08-8.09. Razem E: 1740,2 kcal B 89,6 g W 247,0 g Cukry 59,5 g T 49,9 g NKT 20,8 g Błonnik 26,1 g Sod 1903,1 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)		Zupa ziemniaczana krem 300.0g (9) Schab w sosie miksowany 150.1g (1, 7) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g dynia parowana miksowana 150.0g kasza jęczmienna, perłowa miksowana 150.00g; (1)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami i białkiem jajka 300.0g (1, 3, 7, 9)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 30.08-8.09. Razem E: 1734,2 kcal B 79,8 g W 236,9 g Cukry 61,9 g T 57,5 g NKT 30,9 g Błonnik 27,9 g Sod 2315,9 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na mleku z twarożkiem 500.0g (1, 7)		Zupa ziemniaczana płynna 300.0g (7, 9) Płynna obiadowa ze schabem i warzywami 500.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i białkiem jajka 500.0g (1, 3, 7, 9)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;

AHoP Sztum 30.08-08.09.2026

Poniedziałek 2026-08-31

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 30.08-8.09. Razem E: 2142,2 kcal B 118,0 g W 309,0 g Cukry 74,0 g T 54,3 g NKT 14,4 g Błonnik 33,8 g Sód 2216,9 mg	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 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 z udźca kurczaka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Barszcz czerwony na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) Ragout z indyka z warzywami 400.1g (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) Twarożek chudy z mielonym siemieniem lnianym 70.0g (7) 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; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D11 Papkowata 30.08-8.09. Razem E: 1883,4 kcal B 94,2 g W 280,0 g Cukry 80,3 g T 48,3 g NKT 20,2 g Błonnik 32,8 g Sód 1354,4 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami 300.0g (1, 7, 9)		Barszcz czerwony krem 300.0g (7, 9) Ragout z indyka z warzywami miksowane 400.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g ryż biały, parboiled, gotowany miksowany 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D12 Płynna 30.08-8.09. Razem E: 1827,9 kcal B 78,0 g W 251,7 g Cukry 76,8 g T 62,6 g NKT 31,0 g Błonnik 30,5 g Sód 1694,0 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9)		Barszcz czerwony płynna 300.0g (7, 9) Płynna obiadowa z indyka i warzyw 500.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g	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 30.08-08.09.2026

Wtorek 2026-09-01

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 30.08-8.09. Razem E: 1995.4 kcal B 100.0 g W 264.5 g Cukry 64.2 g T 66.6 g NKT 15.1 g Błonnik 31.9 g Sód 2768.9 mg	Zupa mleczna z zacierką 250.0g (1, 3, 7) herbata czarna bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) Filet z piersi kurczaka pieczony 120.0g Kompot wielowocowy 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 300.0g (1, 7) Pasta nabiałowa z sezamem 60.0g (3, 7, 11) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; połędwica luksusowa 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	Salatka z buraków, rukoli, słonecznika mielonego 120.0g herbata czarna bez cukru 250.00g;
D11 Papkowata 30.08-8.09. Razem E: 1732.1 kcal B 98.0 g W 240.8 g Cukry 67.1 g T 47.9 g NKT 23.7 g Błonnik 32.4 g Sód 2123.3 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 300.0g (1, 7, 9)		Pejzanka z kaszą jaglaną krem 300.0g (1, 9) Filet z piersi kurczaka w sosie miksowany 150.0g (1) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Seler parowany miksowany 150.0g (9) ziemniaki puree 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)	sok wielowarzywny 300.00g; (9) herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 30.08-8.09. Razem E: 1839.7 kcal B 93.0 g W 248.3 g Cukry 66.6 g T 58.5 g NKT 31.0 g Błonnik 28.5 g Sód 1901.8 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 500.0g (1, 7, 9)		Pejzanka z kaszą jaglaną płynna 300.0g (1, 7, 9) Płynna obiadowa z filetem z kurczaka i warzywami 500.0g (7, 9) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g	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 30.08-08.09.2026

Środa 2026-09-02

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 30.08-8.09. Razem E: 1939.0 kcal B 105.3 g W 287.1 g Cukry 68.2 g T 46.8 g NKT 15.0 g Błonnik 27.7 g Sód 2426.9 mg	Zupa mleczna z kaszą manną 250.0g (1, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski lekki 80.00g; Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa koperkowa z makaronem na wywarze warzywnym 300.0g (1, 7, 9) klopsik wieprzowy 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Brokuły parowane 150.3g 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 wiejska 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; banan 120.00g;
D11 Papkowata 30.08-8.09. Razem E: 1714.6 kcal B 80.7 g W 253.3 g Cukry 56.4 g T 47.2 g NKT 24.0 g Błonnik 29.0 g Sód 2339.8 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami 300.0g (1, 7, 9)		Zupa koperkowa z makaronem miksowana 300.0g (1, 7, 9) klopsik wieprzowy 100g w sosie 50g miksowany 150.0g (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) Papka na wywarze z warzywami i tuńczykiem 300.0g (1, 4, 7, 9)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus owocowy 100.00g;
D12 Płynna 30.08-8.09. Razem E: 1923.7 kcal B 85.4 g W 300.5 g Cukry 62.5 g T 50.1 g NKT 25.8 g Błonnik 37.8 g Sód 2565.7 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami 499.9g (1, 7, 9)		Zupa koperkowa z makaronem płynna 300.0g (1, 7, 9) Płynna obiadowa z szynką i warzywami 500.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami i tuńczykiem 500.0g (1, 4, 7, 9)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus owocowy 100.00g;

AHoP Sztum 30.08-08.09.2026

Czwartek 2026-09-03

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 30.08-8.09. Razem E: 1995.0 kcal B 109.6 g W 266.4 g Cukry 57.3 g T 60.9 g NKT 18.4 g Błonnik 28.4 g Sód 2297.9 mg	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250.0g (1, 7) Twarożek chudy z maślanką 70.0g (7) herbata 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 marchwiowa na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) Mięso z ud kurczaka 100g pieczone w sosie 50g 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Bukiet jarzyn parowanych 150.0g makaron bezjajeczny, gotowany 200.00g; (1)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta z białka jajka z koperkiem 60.0g (3, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka parzona 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	Koktajl z tuskawkami i sezamem bez cukru 200.0g (7, 11) herbata czarna bez cukru 250.00g;
D11 Papkowata 30.08-8.09. Razem E: 1732.3 kcal B 94.7 g W 245.1 g Cukry 60.1 g T 47.3 g NKT 23.7 g Błonnik 28.6 g Sód 2050.5 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)		Zupa marchwiowa krem 300.0g (7, 9) Mięso z ud kurczaka pieczone miksowane 150.0g Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Szpinak gotowany miksowany 151.0g (1, 7) makaron gotowany mix 200.00g; (1)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami i białkiem jajka 300.0g (1, 3, 7, 9)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 30.08-8.09. Razem E: 1784.3 kcal B 82.3 g W 246.4 g Cukry 65.9 g T 58.1 g NKT 31.0 g Błonnik 30.2 g Sód 2409.8 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na mleku z twarożkiem 500.0g (1, 7)		Zupa marchwiowa płynna 300.0g (7) Płynna obiadowa z kurczakiem i warzywami 500.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i białkiem jajka 500.0g (1, 3, 7, 9)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;

AHoP Sztum 30.08-08.09.2026

Piątek 2026-09-04

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 30.08-8.09. Razem E: 2057,2 kcal B 93,7 g W 327,2 g Cukry 59,2 g T 47,7 g NKT 12,6 g Błonnik 28,2 g Sód 2167,7 mg	Zupa mleczna z makaronem z pszenicy durum 250.0g (1, 7) Sałatka ryżowa 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;		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 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; ser twarogowy "klinek" chudy 60.00g; (7) połędwica sopocka 40.00g; (6) margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus owocowy 100.00g;
D11 Papkowata 30.08-8.09. Razem E: 1798,1 kcal B 74,3 g W 280,1 g Cukry 68,5 g T 48,4 g NKT 23,4 g Błonnik 29,5 g Sód 1996,8 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami 300.0g (1, 7, 9)		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) Papka na mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus owocowy 100.00g;
D12 Płynna 30.08-8.09. Razem E: 1774,4 kcal B 73,1 g W 263,6 g Cukry 66,8 g T 53,2 g NKT 29,4 g Błonnik 29,1 g Sód 1910,4 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9)		Krupnik z kaszą wiejską płynna 300.0g (1, 7, 9) Płynna obiadowa z tuńczyka i warzyw 500.0g (4, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g	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;

AHoP Sztum 30.08-08.09.2026

Sobota 2026-09-05

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 30.08-8.09. Razem E: 1911.0 kcal B 98.3 g W 267.1 g Cukry 54.7 g T 55.1 g NKT 16.3 g Błonnik 30.6 g Sod 2597.9 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta drobiowo-warzywna 60.0g (7, 9) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z indyka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa brokułowa z ryżem na wywarze warzywnym 300.0g (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) chleb baltonowski 100.00g; (1) Serek wiejski lekki 80.00g; Pomidor bez skórki 75.00g; szynkówka wieprzowa 40.00g; 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 30.08-8.09. Razem E: 1699.7 kcal B 86.3 g W 242.5 g Cukry 74.7 g T 47.3 g NKT 24.4 g Błonnik 28.3 g Sod 2166.9 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 300.1g (1, 7, 9)		Rosolnik z ryżem krem 300.0g (9) Gulasz z szynki miksowany 150.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane miksowane 150.0g ziemniaki puree 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)	sok wielowarzywny 300.00g; (9) herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 30.08-8.09. Razem E: 1861.4 kcal B 87.8 g W 255.8 g Cukry 66.8 g T 59.3 g NKT 31.7 g Błonnik 28.1 g Sod 1909.6 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 500.0g (1, 7, 9)		Rosolnik z ryżem płynna 300.0g (7, 9) Płynna obiadowa z szynką i warzywami 500.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g	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 30.08-08.09.2026

Niedziela 2026-09-06

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 30.08-8.09. Razem E: 1877,2 kcal B 100,2 g W 264,3 g Cukry 61,1 g T 52,2 g NKT 14,2 g Błonnik 29,4 g Sód 2093,4 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta z białka jajka 60.0g (3, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z udźca kurczaka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Rosół wege z makaronem 300.0g (1, 9) Szynka pieczona 100g w sosie 50g 150.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Kalafior parowany 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek chudy z maślanką 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka wieprzowa, gotowana 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D11 Papkowata 30.08-8.09. Razem E: 1820,5 kcal B 96,4 g W 245,4 g Cukry 70,4 g T 54,3 g NKT 26,0 g Błonnik 25,0 g Sód 2066,4 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami i białkiem jajka 300.0g (1, 3, 7, 9)		Rosół z drobiu z makaronem miksowany 299.9g (1, 9) Szynka pieczona 100g w sosie 50g miksowana 150.0g (1, 7, 9) 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) Papka na mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D12 Płynna 30.08-8.09. Razem E: 1875,3 kcal B 89,0 g W 256,6 g Cukry 71,1 g T 59,8 g NKT 31,9 g Błonnik 27,1 g Sód 1855,7 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i białkiem jajka 500.0g (1, 3, 7, 9)		Rosół z drobiu z makaronem płynna 299.9g (1, 9) Płynna obiadowa z szynką i warzywami 500.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na mleku z twarożkiem 500.0g (1, 7)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;

AHoP Sztum 30.08-08.09.2026

Poniedziałek 2026-09-07

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 30.08-8.09. Razem E: 1993.5 kcal B 113.2 g W 278.3 g Cukry 81.5 g T 53.4 g NKT 17.2 g Błonnik 26.4 g Sód 2632.5 mg	Zupa mleczna z ryżem 250.0g (7) herbata czarna bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; szynka z indyka 40.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa z dyni 300.0g (7, 9) Kaszotto z kaszy jęczmiennej, indyka i warzyw 400.2g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100.0g (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Pasta z tuńczykiem 60.0g (4, 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; skyr naturalny 140.00g; (7) jabłko pieczone 100.00g;
D11 Papkowata 30.08-8.09. Razem E: 1656.6 kcal B 75.6 g W 248.3 g Cukry 57.0 g T 48.8 g NKT 20.9 g Błonnik 39.3 g Sód 2188.5 mg	Herbata czarna bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami 300.0g (1, 7, 9)		Zupa z dyni krem 300.0g (7, 9) Kaszotto z kaszy jęczmiennej, indyka i warzyw mix 400.2g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Seler parowany miksowany 150.0g (9)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami i tuńczykiem 300.0g (1, 4, 7, 9)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 30.08-8.09. Razem E: 1721.8 kcal B 73.4 g W 250.2 g Cukry 58.3 g T 55.5 g NKT 26.3 g Błonnik 36.5 g Sód 2505.6 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9)		Zupa z dyni płynna 300.0g (7, 9) Płynna obiadowa z indyka i warzyw 500.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i tuńczykiem 500.0g (1, 4, 7, 9)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;

AHoP Sztum 30.08-08.09.2026

Wtorek 2026-09-08

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 30.08-8.09. Razem E: 2012.5 kcal B 117.1 g W 280.4 g Cukry 54.9 g T 53.0 g NKT 14.9 g Błonnik 30.3 g Sód 2401.2 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; baton szynkowy z indyka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa ziemniaczana na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) Medaliony indyka w sosie 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Surówka z marchwi z jogurtem 150.0g (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" chudy 60.00g; (7) szynka wiejska 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 30.08-8.09. Razem E: 1677.7 kcal B 86.9 g W 228.2 g Cukry 67.2 g T 50.9 g NKT 23.3 g Błonnik 26.9 g Sód 1815.2 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)		Zupa ziemniaczana krem 300.0g (9) Medaliony indyka w sosie miksowane 150.0g (1) 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) Papka na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 300.1g (1, 7, 9)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus owocowy 100.00g;
D12 Płynna 30.08-8.09. Razem E: 1780.6 kcal B 85.8 g W 241.0 g Cukry 63.9 g T 57.4 g NKT 30.5 g Błonnik 25.3 g Sód 1620.7 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na mleku z twarożkiem 500.0g (1, 7)		Zupa ziemniaczana płynna 300.0g (7, 9) Płynna obiadowa z medalionów i warzyw 500.0g (7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g	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;