

AHoP Sztum 19.09-28.09.2026

Sobota 2026-09-19

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 19.09-28.09. Razem E- 1899.2 kcal B 94.7 g W 265.8 g Cukry 62.1 g T 57.2 g NKT 13.8 g Błonnik 34.1 g Sód 2474.9 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa ziemniaczana na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) pulpet drobiowy 100g w sosie 50g 150.0g (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 300.0g (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;	Salatka z buraków, rukoli, słonecznika mielonego 120.0g herbata czarna bez cukru 250.00g;
D11 Papkowata 19.09-28.09. Razem E- 1670.3 kcal B 82.2 g W 237.3 g Cukry 53.4 g T 50.2 g NKT 23.4 g Błonnik 37.2 g Sód 2959.7 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami 300.0g (1, 7, 9)		Zupa ziemniaczana krem 300.0g (9) pulpet drobiowy 100g w sosie 50g miksowany 150.1g (1, 3) Kompot wieloowocowy 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 wywarze z warzywami i tuńczykiem 300.0g (1, 4, 7, 9)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 19.09-28.09. Razem E- 1611.0 kcal B 72.7 g W 232.0 g Cukry 54.3 g T 50.5 g NKT 23.3 g Błonnik 35.2 g Sód 2580.5 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9)		Zupa ziemniaczana 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;

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 19.09-28.09.2026

Niedziela 2026-09-20

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 19.09-28.09. Razem E: 1951.1 kcal B 100.7 g W 270.2 g Cukry 76.0 g T 57.0 g NKT 19.2 g Biotyn 28.0 g Sód 2184.2 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek chudy z maślaną 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Rosół wege z makaronem 300.0g (1, 9) Schab w sosie 150.1g (1, 7) 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; szynka wiejska 40.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) jabłko pieczone 100.00g;
D11 Papkowata 19.09-28.09. Razem E: 1831.3 kcal B 101.0 g W 230.8 g Cukry 67.3 g T 60.2 g NKT 29.8 g Biotyn 26.6 g Sód 1935.1 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)		Rosół z drobiu z makaronem miksowany 299.9g (1, 9) Schab 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) Papka na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 300.0g (1, 7, 9)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D12 Płynna 19.09-28.09. Razem E: 1899.0 kcal B 95.6 g W 250.7 g Cukry 69.4 g T 61.9 g NKT 32.3 g Biotyn 27.1 g Sód 1718.5 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na mleku z twarożkiem 500.0g (1, 7)		Rosół z drobiu z makaronem płynna 299.9g (1, 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 mięsem drobiowym 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 -

AHoP Sztum 19.09-28.09.2026

Poniedziałek 2026-09-21

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 19.09-28.09. Razem E: 2003.6 kcal B 106.8 g W 267.1 g Cukry 58.5 g T 62.4 g NKT 20.9 g Błonnik 25.2 g Sód 2312.7 mg	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250.0g (7) Pasta z białka jajka z koperkiem 60.0g (3, 7) herbata 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;		Zupa z dyni 300.0g (7, 9) sos bolognese z mięsem drobiowym i warzywami 250.0g (1, 7, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150.0g (7) makaron bezjajeczny, gotowany 200.00g; (1)	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; szynka parzona 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 19.09-28.09. Razem E: 1806.9 kcal B 83.6 g W 269.5 g Cukry 72.2 g T 50.1 g NKT 22.0 g Błonnik 29.1 g Sód 1560.6 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami i białkiem jajka 300.0g (1, 3, 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 wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Marchew parowana miksowana 150.0g	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 19.09-28.09. Razem E: 1910.3 kcal B 85.1 g W 253.8 g Cukry 71.5 g T 67.9 g NKT 34.7 g Błonnik 29.0 g Sód 1906.9 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i białkiem jajka 500.0g (1, 3, 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 mleku z twarogiem 500.0g (1, 7)	sok wielowarzywny 300.00g; (9) 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 19.09-28.09.2026

Wtorek 2026-09-22

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 19.09-28.09. Razem E- 1824.4 kcal B 95.6 g W 264.4 g Cukry 73.6 g T 48.5 g NKT 12.8 g Błonnik 27.2 g Sód 1994.6 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; szynka delikatesowa z kurczaka 40.00g; dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa marchwiowa na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) Medaliony indyka w sosie 150.0g (1) 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) Twarożek chudy z mielonym siemieniem lnianym 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; połędwica sopocka 40.00g; (6) margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus owocowy 100.00g;
D11 Papkowata 19.09-28.09. Razem E- 1606.2 kcal B 89.4 g W 228.4 g Cukry 67.7 g T 43.4 g NKT 19.5 g Błonnik 31.0 g Sód 1347.1 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 300.0g (1, 7, 9)		Zupa marchwiowa krem 300.0g (7, 9) Medaliony indyka w sosie miksowane 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Seler parowany miksowany 150.0g (9) kasza jęczmienna, perłowa miksowana 150.00g; (1)	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 19.09-28.09. Razem E- 1811.1 kcal B 89.2 g W 246.3 g Cukry 69.8 g T 57.2 g NKT 31.2 g Błonnik 26.7 g Sód 1685.0 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 500.0g (1, 7, 9)		Zupa marchwiowa płynna 300.0g (7) 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 mleku z twarożkiem 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 19.09-28.09.2026

Środa 2026-09-23

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 19.09-28.09. Razem E: 2055,8 kcal B 96,1 g W 311,1 g Cukry 47,4 g T 51,4 g NKT 14,5 g Błonnik 27,0 g Sód 2452,2 mg	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250.0g (7) Sałatka ryżowa 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; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa koperkowa z makaronem na wywarze warzywnym 300.0g (1, 7, 9) Pulpet mięsno-ryżowy 100g w sosie pomidorowym 50g 150.0g (1, 3) Kompot wielowocowy bez dodatku cukru 250.0g Cukinia parowana 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) pasta twarogowa z brokułami 60.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; szynka kanapkowa 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	Sałatka z kaszy jęczmiennej i tuńczyka 120.0g (1, 3, 4) herbata czarna bez cukru 250.00g;
D11 Papkowata 19.09-28.09. Razem E: 1765,3 kcal B 80,0 g W 255,9 g Cukry 66,4 g T 51,3 g NKT 25,5 g Błonnik 27,9 g Sód 2489,2 mg	Kawa zbożowa na mleku 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) Pulpet mięsno-ryżowy 100g w sosie pomidorowym 50g miksowany 150.0g (1, 3) Kompot wielowocowy 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)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 19.09-28.09. Razem E: 1722,3 kcal B 75,7 g W 240,3 g Cukry 66,5 g T 56,9 g NKT 31,6 g Błonnik 30,7 g Sód 2233,9 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9)		Zupa koperkowa płynna 300.0g (9) Płynna obiadowa z szynką 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 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 19.09-28.09.2026

Czwartek 2026-09-24

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 19.09-28.09. Razem E: 1949.4 kcal B 102.1 g W 274.6 g Cukry 69.0 g T 55.7 g NKT 17.1 g Błonnik 31.8 g Sód 2621.7 mg	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250.0g (1, 7) Szynka w galarecie z warzywami 120.0g herbata czarna bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; ser twarogowy "klinek" chudy 60.00g; (7) margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Pejzanka z kaszą jaglaną na wywarze warzywnym 300.0g (9) Gulasz z szynki 150.0g (1) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Marchew parowana 150.3g 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;	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D11 Papkowata 19.09-28.09. Razem E: 1684.4 kcal B 77.1 g W 241.6 g Cukry 71.9 g T 52.1 g NKT 25.2 g Błonnik 34.7 g Sód 2064.6 mg	Kawa zbożowa na mleku 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) Gulasz z szynki miksowany 150.0g (1, 9) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Marchew parowana miksowana 150.3g ziemniaki puree 200.00g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami 300.0g (1, 7, 9)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D12 Płynna 19.09-28.09. Razem E: 1742.9 kcal B 72.5 g W 247.5 g Cukry 67.0 g T 58.4 g NKT 30.4 g Błonnik 34.0 g Sód 1774.9 mg	Kawa zbożowa na mleku 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 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 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 -

AHoP Sztum 19.09-28.09.2026

Piątek 2026-09-25

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 19.09-28.09. Razem E: 1967,0 kcal B 89,5 g W 282,6 g Cukry 83,3 g T 58,2 g NKT 14,7 g Błonnik 27,4 g Sód 2566,6 mg	Zupa mleczna z zacierką 250.0g (1, 3, 7) Pasta z białka jajka ze szpinakiem 60.0g (3, 7) herbata bez cukru 300.00g; chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; baton szynkowy z indyka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym na wywarze warzywnym 300.0g (7, 9) Filet rybny w sosie koperkowym 150.0g (1, 4) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Brokuły parowane 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; połędwica luksusowa 40.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	herbata czarna bez cukru 250.00g; banan 120.00g;
D11 Papkowata 19.09-28.09. Razem E: 1764,5 kcal B 82,9 g W 258,8 g Cukry 65,1 g T 50,2 g NKT 23,5 g Błonnik 30,7 g Sód 2888,1 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami i białkiem jajka 300.0g (1, 3, 7, 9)		Zupa pomidorowa z ryżem miksowana 300.0g (7, 9) Tuńczyk w sosie koperkowym miksowany 150.0g (1, 4) 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 wywarze z warzywami 300.0g (1, 7, 9)	sok wielowarzywny 300.00g; (9) herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 19.09-28.09. Razem E: 1739,0 kcal B 70,8 g W 257,9 g Cukry 66,7 g T 53,8 g NKT 28,7 g Błonnik 35,3 g Sód 2394,9 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i białkiem jajka 500.0g (1, 3, 7, 9)		Zupa pomidorowa z ryżem płynna 300.0g (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 wywarze z warzywami 500.0g (1, 7, 9)	sok wielowarzywny 300.00g; (9) 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 19.09-28.09.2026

Sobota 2026-09-26

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 19.09-28.09. Razem E: 1922.2 kcal B 109.4 g W 258.8 g Cukry 65.9 g T 55.3 g NKT 15.5 g Błonnik 28.6 g Sód 2102.1 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Twarożek chudy z natką pietruszki 70.0g (7) chleb baltonowski 100.00g; (1) Pomidor bez skórki 75.00g; baton z kurczaka 40.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa z cukini na wywarze warzywnym 300.0g (9) Zrazik wieprzowy 100g w sosie 50g 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy bez dodatku cukru 250.0g Buraczki gotowane 150.0g kasza jęczmienna, perłowa na sypko 150.00g; (1)	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 wieprzowa, gotowana 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 19.09-28.09. Razem E: 1668.8 kcal B 83.2 g W 238.9 g Cukry 68.9 g T 47.2 g NKT 20.4 g Błonnik 26.9 g Sód 1359.2 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)		Zupa z cukini krem 300.0g (9) Zrazik wieprzowy 100g w sosie 50g miksowany 150.0g (1, 3) Kompot wieloowocowy 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) 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 19.09-28.09. Razem E: 1795.4 kcal B 84.2 g W 237.3 g Cukry 63.8 g T 61.3 g NKT 32.0 g Błonnik 26.0 g Sód 1674.8 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na mleku z twarożkiem 500.0g (1, 7)		Zupa z cukini 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 wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 500.0g (1, 7, 9)	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 19.09-28.09.2026

Niedziela 2026-09-27

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 19.09-28.09. Razem E- 1889.3 kcal B 97.7 g W 282.8 g Cukry 65.3 g T 46.7 g NKT 12.2 g Błonnik 32.4 g Sód 2235.9 mg	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300.0g (1, 7) Sałatka makaronowa dietetyczna z jogurtem naturalnym 120.0g (1, 7) 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) Filet z piersi kurczaka pieczony 120.0g 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 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;	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D11 Papkowata 19.09-28.09. Razem E- 1756.2 kcal B 83.5 g W 264.0 g Cukry 74.5 g T 46.3 g NKT 23.3 g Błonnik 32.6 g Sód 1990.5 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) Filet z piersi kurczaka w sosie miksowany 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 mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)	herbata czarna bez cukru 250.00g; Mus warzywno-owocowy 200.00g;
D12 Płynna 19.09-28.09. Razem E- 1802.3 kcal B 77.8 g W 263.7 g Cukry 72.5 g T 54.4 g NKT 29.7 g Błonnik 31.3 g Sód 1645.8 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 filetem z kurczaka 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;

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 19.09-28.09.2026

Poniedziałek 2026-09-28

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja	posiłek nocny
D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu 19.09-28.09. Razem E: 2078,8 kcal B 113,9 g W 304,4 g Cukry 62,2 g T 49,7 g NKT 13,4 g Błonnik 28,0 g Sód 2038,5 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; szynka z udźca kurczaka 40.00g; dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;		Zupa ziemniaczana 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 Kalafior parowany 150.0g ryż biały, parboiled, gotowany 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; połędwica sopocka 40.00g; (6) margaryna miękka, 60% tłuszczu 15.00g;	Kasza orkiszowa z kurczakiem, cukinią i oliwą 120.0g (1) herbata czarna bez cukru 250.00g;
D11 Papkowata 19.09-28.09. Razem E: 1732,2 kcal B 94,2 g W 245,5 g Cukry 61,3 g T 45,2 g NKT 19,9 g Błonnik 25,7 g Sód 1797,5 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Papka na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 300.1g (1, 7, 9)		Zupa ziemniaczana krem 300.0g (9) pieczeń drobiowa 100g w sosie 50g miksowana 150.0g (1, 3, 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) Papka na mleku z serem twarogowym 300.0g (1, 7)	sok pomidorowy 300.00g; herbata czarna bez cukru 250.00g;
D12 Płynna 19.09-28.09. Razem E: 1832,3 kcal B 91,0 g W 233,1 g Cukry 63,7 g T 64,9 g NKT 32,3 g Błonnik 27,6 g Sód 2210,2 mg	Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300.0g (1, 7) Płynna na wywarze z warzywami i mięsem drobiowym 500.0g (1, 7, 9)		Zupa ziemniaczana 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)	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 -