

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-18 Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g (GLU, JAJ, ŻYT, *), Pieczywo graham K 50g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 20g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałatka z jaja z ziel. pietruszką 70g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g , Papryka św. 50g , Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Pieczeń drobiowa w sosie pieczona 80/120 (GLU, JAJ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Surówka z marchwi z papryką i kukurydzą 130g (MLE, *), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g (GLU, JAJ, ŻYT, *), Pieczywo graham K 50g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Sałatka żydowska z ogórkiem kiszonym 200g (JAJ, GOR), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2270.08 kcal; Energia: 9488.93 kJ; Białko ogółem: 85.26 g; białko zwierzęce: 52.74 g; białko roślinne: 32.53 g; Tłuszcz: 65.26 g; Węglowodany ogółem: 323.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.42 g; Sód: 2327.60 mg; Potas: 3586.18 mg; Wapń: 632.72 mg; Fosfor: 1402.80 mg; Błonnik pokarmowy: 32.11 g; suma cukrów prostych: 35.26 g; Woda: 1263.58 g; Popiół: 15.43 g;		
czwartek 2025-09-18 Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałatka z jaja z ziel. pietruszką 70g (JAJ, GOR), Szynka gotowana 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Sałata ziel. 10g , Papryka św. 90g , Jabłko des. 1 szt. , II Śniadanie: Budyń waniliowy B/C 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 (GLU, JAJ, SEL), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Szpinak 130g (GLU, MLE), Surówka z marchwi z papryką i kukurydzą 130g (MLE, *), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g (MLE), Szynka Rodzinna 30g (*), Pasta z zielonego groszku 40g , Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , Galaretką drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL), Posiłek nocny: Pieczywo graham K 30g (GLU, MLE, *), Ogórek św. 40g , Twaróg krojony 30g (MLE), Sok wielowarzywny 1szt. 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2295.52 kcal; Energia: 9595.27 kJ; Białko ogółem: 84.08 g; białko zwierzęce: 53.35 g; białko roślinne: 30.73 g; Tłuszcz: 64.84 g; Węglowodany ogółem: 294.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.03 g; Sód: 2959.12 mg; Potas: 4034.21 mg; Wapń: 688.82 mg; Fosfor: 1437.87 mg; Błonnik pokarmowy: 43.96 g; suma cukrów prostych: 36.99 g; Woda: 1414.09 g; Popiół: 17.71 g;		
czwartek 2025-09-18 Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)		
Szynka gotowana 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ),		Twaróg krojony 30g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 64.50 kcal; Energia: 269.61 kJ; Białko ogółem: 8.40 g; białko zwierzęce: 8.40 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 1.83 g; Węglowodany ogółem: 1.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.38 g; Sód: 253.20 mg; Potas: 33.90 mg; Wapń: 28.20 mg; Fosfor: 68.10 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 1.17 g; Woda: 21.63 g; Popiół: 0.24 g;		
czwartek 2025-09-18 Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA /III/ (2, 9, C2)		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Masło ex 20g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałatka z jaja z ziel. pietruszką 70g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. , Pomidor 50g ,	Koperkowa 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Szpinak 130g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Szynka Rodzinna 30g (*), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Galaretką drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL), Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2264.51 kcal; Energia: 9465.65 kJ; Białko ogółem: 84.52 g; białko zwierzęce: 52.02 g; białko roślinne: 32.50 g; Tłuszcz: 62.31 g; Węglowodany ogółem: 324.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.85 g; Sód: 1898.55 mg; Potas: 3359.00 mg; Wapń: 724.62 mg; Fosfor: 1469.50 mg; Błonnik pokarmowy: 36.39 g; suma cukrów prostych: 34.50 g; Woda: 1141.35 g; Popiół: 12.39 g;		
czwartek 2025-09-18 Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VI/ (9)		
Twaróg krojony 100g (MLE),	Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 (GLU, JAJ, SEL),	
Wartości odżywcze: Energia: 311.20 kcal; Energia: 1300.82 kJ; Białko ogółem: 31.90 g; białko zwierzęce: 29.32 g; białko roślinne: 2.58 g; Tłuszcz: 8.66 g; Węglowodany ogółem: 21.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.66 g; Sód: 178.85 mg; Potas: 385.00 mg; Wapń: 130.15 mg; Fosfor: 313.15 mg; Błonnik pokarmowy: 3.96 g; suma cukrów prostych: 5.13 g; Woda: 143.09 g; Popiół: 1.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-18Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Szyńska filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałatka z białka jaja z ziel. pietruszką 70g (JAJ, GOR), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,	Koperkowa 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g (MLE), Szyńska Rodzinna 60g (*), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Mus owocowy 200g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2248.67 kcal; Energia: 9399.44 kJ; Białko ogółem: 86.13 g; białko zwierzęce: 53.16 g; białko roślinne: 32.97 g; Tłuszcz: 60.13 g; Węglowodany ogółem: 322.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.52 g; Sód: 2142.93 mg; Potas: 4572.33 mg; Wapń: 845.86 mg; Fosfor: 1479.92 mg; Błonnik pokarmowy: 36.45 g; suma cukrów prostych: 40.53 g; Woda: 1431.09 g; Popiół: 13.36 g;		
czwartek 2025-09-18Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 20g (MLE), Szyńska filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałatka z białka jaja z ziel. pietruszką 70g (JAJ, GOR), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Koperkowa 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL),	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Szyńska Rodzinna 60g (*), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Mus owocowy 200g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2244.90 kcal; Energia: 9383.68 kJ; Białko ogółem: 85.57 g; białko zwierzęce: 52.19 g; białko roślinne: 33.38 g; Tłuszcz: 61.27 g; Węglowodany ogółem: 324.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.18 g; Sód: 1853.28 mg; Potas: 4633.61 mg; Wapń: 1063.68 mg; Fosfor: 1527.57 mg; Błonnik pokarmowy: 30.01 g; suma cukrów prostych: 45.70 g; Woda: 1557.87 g; Popiół: 14.05 g;		
czwartek 2025-09-18Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)		
Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Szyńska filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałatka z jaja z ziel. pietruszką 70g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g , Papryka św. 90g , Jabłko des. 1 szt. , II Śniadanie: Budyń waniliowy B/C 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 (GLU, JAJ, SEL), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Szpinak 130g (GLU, MLE), Szpinak 130g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g (MLE), Szyńska Rodzinna 30g (*), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , Galaretką drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL), Posiłek nocny: Pieczywo graham K 30g (GLU, MLE, *), Twaróg krojony 30g (MLE), Ogórek św. 40g , Sok wielowarzywny 1szt. 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2291.12 kcal; Energia: 9576.88 kJ; Białko ogółem: 85.38 g; białko zwierzęce: 54.50 g; białko roślinne: 30.88 g; Tłuszcz: 65.68 g; Węglowodany ogółem: 293.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.11 g; Sód: 2513.24 mg; Potas: 4039.59 mg; Wapń: 923.40 mg; Fosfor: 1508.65 mg; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; suma cukrów prostych: 41.61 g; Woda: 1535.64 g; Popiół: 19.24 g;		
czwartek 2025-09-18Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 20g (MLE), Szyńska filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałatka z jaja z ziel. pietruszką 70g (JAJ, GOR), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , II Śniadanie: Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Pieczeń drobiowa w sosie pieczona 80/120 (GLU, JAJ), Surówka z marchwi z papryką 130g (MLE, *), Kompot owocowy b/c 250ml , Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Podwieczorek: Jogurt owocowy 150g (1 szt) ,	Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Szyńska Rodzinna 60g (*), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2246.92 kcal; Energia: 9392.13 kJ; Białko ogółem: 87.39 g; białko zwierzęce: 53.90 g; białko roślinne: 33.49 g; Tłuszcz: 63.53 g; Węglowodany ogółem: 329.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.98 g; Sód: 2464.99 mg; Potas: 3548.40 mg; Wapń: 858.22 mg; Fosfor: 1501.06 mg; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; suma cukrów prostych: 46.86 g; Woda: 1284.53 g; Popiół: 13.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-18 Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 20g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałatka z jaja z ziel. pietruszką 70g (JAJ, GOR), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, II Śniadanie: Jabłko des. 1 szt. ,	Koperkowa 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Szpinak 130g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250ml, Podwieczorek: Jogurt owocowy 150g (1 szt) ,	Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Szynka Rodzinna 60g (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2255.29 kcal; Energia: 9427.11 kJ; Białko ogółem: 84.35 g; białko zwierzęce: 55.28 g; białko roślinne: 29.07 g; Tłuszcz: 61.34 g; Węglowodany ogółem: 326.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.27 g; Sód: 2001.81 mg; Potas: 3410.05 mg; Wapń: 837.66 mg; Fosfor: 1509.47 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g; suma cukrów prostych: 41.85 g; Woda: 1207.08 g; Popiół: 13.09 g;		
czwartek 2025-09-18 Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałatka z białka jaja z ziel. pietruszką 70g (JAJ, GOR), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Koperkowa 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 (GLU, JAJ, SEL), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Szpinak 130g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g (MLE), Szynka Rodzinna 60g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2223.79 kcal; Energia: 9295.44 kJ; Białko ogółem: 84.66 g; białko zwierzęce: 54.84 g; białko roślinne: 29.82 g; Tłuszcz: 54.33 g; Węglowodany ogółem: 340.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.86 g; Sód: 2896.68 mg; Potas: 3892.13 mg; Wapń: 872.89 mg; Fosfor: 1792.05 mg; Błonnik pokarmowy: 44.62 g; suma cukrów prostych: 40.01 g; Woda: 1259.48 g; Popiół: 14.20 g;		
czwartek 2025-09-18 Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA /VIII/ (10)		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Masło ex 20g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem 50g (GLU, *), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Koperkowa 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Kasza jęczmienna z jarzynami i kurczakiem (30g) 300g (GLU, JĘC, SEL), Szpinak 130g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Sałatka żydowska niskobiałkowa 200g (JAJ, MLE), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2247.44 kcal; Energia: 9394.29 kJ; Białko ogółem: 55.61 g; białko zwierzęce: 32.01 g; białko roślinne: 23.60 g; Tłuszcz: 66.18 g; Węglowodany ogółem: 329.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.78 g; Sód: 1723.82 mg; Potas: 3335.27 mg; Wapń: 649.94 mg; Fosfor: 1310.44 mg; Błonnik pokarmowy: 37.89 g; suma cukrów prostych: 43.91 g; Woda: 1098.73 g; Popiół: 11.68 g;		
czwartek 2025-09-18 Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 20g (MLE), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Koperkowa 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Kasza jęczmienna z jarzynami 300g (GLU, JĘC, SEL), Surówka z marchwi z papryką i kukurydzą 130g (MLE, *), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Sałatka żydowska z ogórkiem kiszonym 200g (JAJ, GOR), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2223.23 kcal; Energia: 9293.10 kJ; Białko ogółem: 85.86 g; białko zwierzęce: 47.01 g; białko roślinne: 38.85 g; Tłuszcz: 64.02 g; Węglowodany ogółem: 328.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.27 g; Sód: 1734.91 mg; Potas: 4263.59 mg; Wapń: 1344.41 mg; Fosfor: 1720.37 mg; Błonnik pokarmowy: 34.44 g; suma cukrów prostych: 44.93 g; Woda: 1674.99 g; Popiół: 14.80 g;		
czwartek 2025-09-18 Dieta: K. DIETA PŁYNNĄ /III/ (13)		
Kasza manna na mleku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, MLE),	Koperkowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (MLE, SEL), Posiłek nocny: Biszkopty z herbatą 150ml/40g (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1228.77 kcal; Energia: 5136.25 kJ; Białko ogółem: 45.88 g; białko zwierzęce: 34.72 g; białko roślinne: 11.16 g; Tłuszcz: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 121.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.80 g; Sód: 459.40 mg; Potas: 2037.54 mg; Wapń: 619.44 mg; Fosfor: 1043.62 mg; Błonnik pokarmowy: 8.64 g; suma cukrów prostych: 30.45 g; Woda: 688.63 g; Popiół: 7.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny