

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-22 do dnia 2024-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wzd. soku żół.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (SOJ) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśliwska zmkisowana 60 g (SOJ) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)
Śniadanie		Maślanka naturalna 200 ml (MLE)			Maślanka naturalna 200 ml (MLE)		Kiwi 1 szt		Maślanka naturalna 200 ml (MLE)				Maślanka naturalna 200 ml (MLE)
Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym zmkisowany 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
Zupa		Budyń 150 g			Budyń 150 g (MLE)		Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i papryki 150 g		Budyń 150 g (MLE)				Budyń 150 g (MLE)
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędliną śniadaniową drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędliną śniadaniową drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędliną śniadaniową drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Wędliną śniadaniową drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Wędliną śniadaniową drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Salata (2 liście) 20 g Banana 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędliną śniadaniową drobiowa zmkisowana 60 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml
Posiłek nocny	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE) Otręby pszenne 3 g (GLU)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Koktajl bananowy z napojem sojowymfortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	
Wartość energetyczna[kcal] [kcal]	2 385,7	2 551,1	2 654,1	2 344,1	2 765,7	2 196,9	2 222,3	2 222,3	2 222,3	2 277,2	2 516,4	2 387,2	2 631,3
Białko ogółem [g]	101,2	104,1	109,3	97,4	114	94,2	94,2	90,1	90,1	88	116	89,2	109,6
Tłuszcz [g]	73,7	81,4	81,7	74,2	86,3	80,1	81,3	81,3	81,3	61,7	85,4	83,3	83,3
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]	23,9	25,8	26,3	23,9	28,9	28,9	28,9	28,9	28,9	28,3	28,3	22,3	27,8
Węglowodany ogółem [g]	340,4	359	378,4	337,3	391,1	289,7	292,2	292,2	292,2	241,2	394,3	332,7	369,3
suma cukrów prostych [g]	73,8	77,5	82,2	75,7	104,4	52	52	52	52	47,9	65,7	71,7	115,5
Sól [g]	4,9	4,6	6,2	4,9	5,8	5,8	6,2	6,2	6,2	5,6	5,1	5,2	6,5
Błonnik pokarmowy [g]	28,3	23	21,7	38,8	21,7	37,3	44,1	44,1	44,1	23	26,8	30,1	17,2

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Uboogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata										
2024-08-23 piątek	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser biały 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g (GLU) Jabłko gotowane 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bulka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser biały 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g (GLU) Jabłko gotowane 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Bulka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser biały 70 g (MLE) Pomidor 50 g (GLU) Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Pasztet z cukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU) Pomidor 50 g (GLU) Jabłko 1 szt Kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml (GLU)		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Ser biały 70 g (MLE) Pomidor 50 g (GLU) Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (GLU, MLE)		Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bulka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g (GLU) Pasztet z cukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU) Pomidor 50 g (GLU) Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasztet z cukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU) Pomidor 50 g (GLU) Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)									
		Sok owocowo-warzywny 200 ml			Sok owocowo-warzywny 200 ml									Koktajl bananowo-mleczny z otrebami pszennymi 200 ml (GLU, MLE)									
Obiad	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza smażony 120 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Solferino 250 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 (GLU, SEL) Ziemniaki 150 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Solferino 400 ml (GLU, SEL) Naleśniki z dżemem 240 g (GLU, JAJ, MLE) Jabłko 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml								
	Wafle ryżowe 3 szt			Wafle ryżowe wielozłazniaste 3 szt									Wafle ryżowe 3 szt										
Kolejka	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bulka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (SOJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml		Bulka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml								
	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)			Jogurt z owocami 150 g (MLE)		Jogurt z owocami 150 g (MLE)		Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)		Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)		Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)									
Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 591,6 Białko ogółem [g] 126,3 Tłuszcz [g] 81,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 353,3 suma cukrów prostych [g] 91,6 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,4		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 592,9 Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 86,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 348,4 suma cukrów prostych [g] 96 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,7		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 645,4 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 79,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 391,8 suma cukrów prostych [g] 104,1 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 28		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 260,4 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 337 suma cukrów prostych [g] 94,6 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 671,3 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 84,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 389,6 suma cukrów prostych [g] 103,3 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,9		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 245 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 306 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 163,2 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 312,8 suma cukrów prostych [g] 47,7 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 1805,9 Białko ogółem [g] 124,3 Tłuszcz [g] 90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 390,6 suma cukrów prostych [g] 53,2 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 834,1 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 390,6 suma cukrów prostych [g] 110,8 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,7		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 419 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 Węglowodany ogółem [g] 325,5 suma cukrów prostych [g] 55,2 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,3		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 422,6 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 395,1 suma cukrów prostych [g] 156,8 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 30		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 2705,7 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 93,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 362 suma cukrów prostych [g] 111,3 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,5	

2024-08-24 sobota

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Latwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zoł.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata	
Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pasta z ciecierzycy z pomidorami 40 g Mix sałat 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Mix sałat 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Mix sałat 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Mix sałat 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Mix sałat 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Mix sałat 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Mix sałat 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Mix sałat 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (GLU) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Mix sałat 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Mix sałat 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Mix sałat 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g Mix sałat 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Jabłko pieczone puree 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku zmiśkowany 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Jabłko pieczone puree 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)
Obiad	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa dyniowa 250 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik z indyka 120 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik z indyka 120 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik z indyka 120 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
Złotki		Jogurt owocowy 150 g		Jogurt owocowy 150 g		Maślanka naturalna 200 ml (MLE)	Salatka warzywna ze słonecznikiem 150 g		Jogurt owocowy 150 g				Maślanka naturalna 200 ml (MLE)	
Kolejka	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Salata 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. zmiśkowana 60 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
Bezmleczny	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)							Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	
Wartość energetyczna[kcal]	2 413,2	Wartość energetyczna[kcal]	2 417,5	Wartość energetyczna[kcal]	2 253,1	Wartość energetyczna[kcal]	2 071,5	Wartość energetyczna[kcal]	2 071,5	Wartość energetyczna[kcal]	2 428,3	Wartość energetyczna[kcal]	2 539,8	
Białko ogółem [g]	94,7	Białko ogółem [g]	95,5	Białko ogółem [g]	90,3	Białko ogółem [g]	88,8	Białko ogółem [g]	88,8	Białko ogółem [g]	113	Białko ogółem [g]	102,8	
Tłuszcz [g]	69,5	Tłuszcz [g]	67,1	Tłuszcz [g]	59,8	Tłuszcz [g]	66,7	Tłuszcz [g]	66,7	Tłuszcz [g]	76,6	Tłuszcz [g]	68,2	
Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g]	25,2	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g]	25	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g]	22,9	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g]	12,4	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g]	12,4	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g]	22,5	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g]	22,5	
Węglowodany ogółem [g]	368,5	Węglowodany ogółem [g]	370,6	Węglowodany ogółem [g]	359,6	Węglowodany ogółem [g]	300,8	Węglowodany ogółem [g]	300,8	Węglowodany ogółem [g]	402,1	Węglowodany ogółem [g]	389,8	
suma cukrów prostych [g]	73,2	suma cukrów prostych [g]	76	suma cukrów prostych [g]	75,1	suma cukrów prostych [g]	36,6	suma cukrów prostych [g]	36,6	suma cukrów prostych [g]	40,2	suma cukrów prostych [g]	35,7	
Sól [g]	6,7	Sól [g]	6,4	Sól [g]	6,7	Sól [g]	7,6	Sól [g]	7,6	Sól [g]	6,1	Sól [g]	6,7	
Blonnik pokarmowy [g]	35,8	Blonnik pokarmowy [g]	25,9	Blonnik pokarmowy [g]	43,7	Blonnik pokarmowy [g]	49,1	Blonnik pokarmowy [g]	49,1	Blonnik pokarmowy [g]	55,2	Blonnik pokarmowy [g]	26,7	

2024-08-26 poniedziałek

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Latwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku żoł.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Uboogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata	
Śniadanie	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Sliwka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)
Śniadanie			Maślanka naturalna 200 ml (MLE)			Maślanka naturalna 200 ml (MLE)	Sok pomidorowy 200 ml		Maślanka naturalna 200 ml (MLE)				Maślanka naturalna 200 ml (MLE)	
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron razowy z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Orzechy włoskie 10 g (ORZ) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron razowy z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron razowy z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron z truskawkami i jogurtem naturalnym 350 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
Zobek			Kisiel 150 g			Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g		Kisiel 150 g				Kisiel 150 g	
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Twarożek z zielenią 100 g (MLE) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Twarożek z zielenią 100 g (MLE) Mix salat 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Twarożek z zielenią 100 g (MLE) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Twarożek z zielenią 100 g (MLE) Mix salat 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Twarożek z zielenią 100 g (MLE) Mix salat 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Twarożek z zielenią 100 g (MLE) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Twarożek z zielenią 100 g (MLE) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Twarożek z zielenią 100 g (MLE) Mix salat 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Twarożek z zielenią 100 g (MLE) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Twarożek z zielenią 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		
Posiłek nocny			Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 150 ml (SOJ) Sok pomidorowy 100 ml		Sok pomidorowy 200 ml		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 150 ml (SOJ) Sok pomidorowy 100 ml		Sok pomidorowy 200 ml	
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 157,2 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 45,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 352,5 suma cukrów prostych [g] 73,3 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 074,2 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 326,9 suma cukrów prostych [g] 80,2 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 273,9 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 369,1 suma cukrów prostych [g] 113,7 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 013,2 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 44,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 361,9 suma cukrów prostych [g] 75,1 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 279,5 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 369,1 suma cukrów prostych [g] 113,7 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 072 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 41,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 343,2 suma cukrów prostych [g] 68,8 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 013,2 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 43,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,9 Węglowodany ogółem [g] 329,4 suma cukrów prostych [g] 54,6 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 173,8 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 41,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 270,3 suma cukrów prostych [g] 48,7 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 304,5 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 369,3 suma cukrów prostych [g] 113,7 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 111,1 Białko ogółem [g] 79,1 Tłuszcz [g] 57,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 Węglowodany ogółem [g] 327,3 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,5 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Węglowodany ogółem [g] 357,4 suma cukrów prostych [g] 75,6 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 569,3 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 53,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 422,6 suma cukrów prostych [g] 127,8 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,1		

		1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zoł.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Pakowata
2024-08-27 wtorek	Śniadanie	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Ogórek kiszony 100 g Rozszonka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Marchew gotowana w plastrach 100 g Rozszonka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 0,5% tł. 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Marchew gotowana w plastrach 100 g Rozszonka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie na mleku 0,5% tł. 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Ogórek kiszony 100 g (JAJ, RYB, GOR) Marchew gotowana w plastrach 100 g Rozszonka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Ogórek kiszony 100 g (JAJ, RYB, GOR) Marchew gotowana w plastrach 100 g Rozszonka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Ogórek kiszony 100 g (JAJ, RYB, GOR) Marchew gotowana w plastrach 100 g Rozszonka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Ogórek kiszony 100 g Rozszonka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Ogórek kiszony 100 g Rozszonka 20 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Ogórek kiszony 100 g Rozszonka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Ogórek kiszony 100 g (JAJ, RYB, GOR) Marchew gotowana w plastrach 100 g Rozszonka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Ogórek kiszony 100 g (JAJ, RYB, GOR) Marchew gotowana w plastrach 100 g Rozszonka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Ogórek kiszony 100 g (JAJ, RYB, GOR) Rozszonka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, GOR) Puree marchwiowe 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)
	Śniadanie			Kefir naturalny 200 ml (MLE)			Kefir naturalny 200 ml (MLE)	Napój sojowy fortifikowany wapniem 200 ml (SOJ)		Kefir naturalny 200 ml (MLE)				Kefir naturalny 200 ml (MLE)
	Obiad	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z młodej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z młodej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z młodej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z młodej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z młodej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z młodej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z młodej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z młodej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z młodej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
Podwieczorek			Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)		Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Puree z brokula 150 g			Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Papryka 50 g Salata (liść) 10 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Salata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Salata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Salata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pomidor bez skóry 50 g Salata (liść) 10 g Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Papryka 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Papryka 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka zmiksowana 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka zmiksowana 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml
nocny			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Sok wielowarzywny 200 g		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Sok wielowarzywny 200 g		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 337,3 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 85,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 317 suma cukrów prostych [g] 67,9 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 33	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 453,8 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 88,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 335,6 suma cukrów prostych [g] 72,3 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 646,2 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 92,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 364,5 suma cukrów prostych [g] 84,3 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 304,1 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 86 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 312 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,7 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 86 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 312 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 670,2 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 95,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 364,1 suma cukrów prostych [g] 83,9 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,9 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 88 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 280,5 suma cukrów prostych [g] 43,8 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 073,9 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 85,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 258,8 suma cukrów prostych [g] 32,8 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 46,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 836 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 77,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 220,3 suma cukrów prostych [g] 48,2 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 471,5 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 98 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 Węglowodany ogółem [g] 318,8 suma cukrów prostych [g] 59,9 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 386,8 Białko ogółem [g] 67,9 Tłuszcz [g] 91,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 341,4 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 666,6 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 95,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 363,5 suma cukrów prostych [g] 83,7 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,8		

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Uboogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Jabłko gotowane 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g Jabłko gotowane 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g Jabłko 1 szt Kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 80 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Jabłko gotowane 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g Jabłko 1 szt Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)
Jadanie		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Hummus 50 g Marchew wiórki 50 g	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 150 g Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Zapiekanek ziemniaczana z pieczarkami 300 g (GLU, SEL) Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami zmiaskowany 400 g (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym zmiaskowany (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
Przebiorek		Sok owocowo-warzywny 200 ml			Sok owocowo-warzywny 200 ml		Sok owocowo-warzywny 200 ml		Sok owocowo-warzywny 200 ml			Sok owocowo-warzywny 200 ml	
Kolejnia	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek kanapkowy 80 g (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek kanapkowy 80 g (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek kanapkowy 80 g (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek kanapkowy 80 g (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek kanapkowy 80 g (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek kanapkowy 80 g (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek kanapkowy 80 g (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek kanapkowy 80 g (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek kanapkowy 80 g (MLE) Pomidor bez skóry zmiaskowany 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek kanapkowy 80 g (MLE) Pomidor bez skóry zmiaskowany 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml
Jedzenie nocne	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe wielozziarniste 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe wielozziarniste 3 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Wafle ryżowe wielozziarniste 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)
Wartość energetyczna[kcal] [kcal]	2 175	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 538,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 178,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 995,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 003,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 003,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 003,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 650,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 650,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 174,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 547,4
Białko ogółem [g]	82,3	Białko ogółem [g] 81,5	Białko ogółem [g] 88,8	Białko ogółem [g] 75,6	Białko ogółem [g] 81,5	Białko ogółem [g] 73,7	Białko ogółem [g] 86,1	Białko ogółem [g] 65,8	Białko ogółem [g] 65,8	Białko ogółem [g] 91,3	Białko ogółem [g] 90,3	Białko ogółem [g] 62,5	Białko ogółem [g] 81,6
Tłuszcz [g]	69,2	Tłuszcz [g] 81,7	Tłuszcz [g] 82,8	Tłuszcz [g] 72,2	Tłuszcz [g] 72,2	Tłuszcz [g] 69,6	Tłuszcz [g] 77,2	Tłuszcz [g] 77,2	Tłuszcz [g] 66,5	Tłuszcz [g] 79,9	Tłuszcz [g] 79,9	Tłuszcz [g] 86	Tłuszcz [g] 84,7
Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g]	29,2	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,6	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 301,4	Kwasny tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4
Węglowodany ogółem [g]	320,3	Węglowodany ogółem [g] 330,4	Węglowodany ogółem [g] 330,4	Węglowodany ogółem [g] 321,9	Węglowodany ogółem [g] 321,9	Węglowodany ogółem [g] 314	Węglowodany ogółem [g] 259,5	Węglowodany ogółem [g] 259,5	Węglowodany ogółem [g] 303,3	Węglowodany ogółem [g] 384	Węglowodany ogółem [g] 146	Węglowodany ogółem [g] 301,4	Węglowodany ogółem [g] 37,4
suma cukrów prostych [g]	29,2	suma cukrów prostych [g] 71,2	suma cukrów prostych [g] 71,2	suma cukrów prostych [g] 67,3	suma cukrów prostych [g] 67,3	suma cukrów prostych [g] 47	suma cukrów prostych [g] 38,7	suma cukrów prostych [g] 38,7	suma cukrów prostych [g] 35,4	suma cukrów prostych [g] 38,4	suma cukrów prostych [g] 300,2	suma cukrów prostych [g] 69	suma cukrów prostych [g] 121,4
Sól [g]	6,2	Sól [g] 4,8	Sól [g] 5	Sól [g] 5,1	Sól [g] 5,1	Sól [g] 71,2	Sól [g] 8,1	Sól [g] 8,1	Sól [g] 4,3	Sól [g] 5,5	Sól [g] 5,8	Sól [g] 5,2	Sól [g] 4,5
Blonnik pokarmowy [g]	29,2	Blonnik pokarmowy [g] 21,2	Blonnik pokarmowy [g] 26,8	Blonnik pokarmowy [g] 38,7	Blonnik pokarmowy [g] 38,7	Blonnik pokarmowy [g] 21,2	Blonnik pokarmowy [g] 44,6	Blonnik pokarmowy [g] 44,6	Blonnik pokarmowy [g] 29,4	Blonnik pokarmowy [g] 26,9	Blonnik pokarmowy [g] 24,7	Blonnik pokarmowy [g] 28,4	Blonnik pokarmowy [g] 28,3

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku żol.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Uboogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata																	
2024-08-29 czwartek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek Almette 40 g (MLE) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekkiem (cukier 10g)		Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Roszponka 10 g Pomidor 80 g Orzechy włoskie 10 g (ORZ) Kawa zbożowa z mlekkiem (cukier 10g)		Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Roszponka 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem (cukier 10g)		Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (GLU)		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (GLU, MLE)		Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekkiem (cukier 10g)		Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek Almette 70 g (MLE) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekkiem (cukier 10g)		Kasza jaglana na mleku zmięszowana 350 g (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) (MLE) Szynkowa extra zmięszowana 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Puree z marchwi i selera z olejem 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekkiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)												
		Kisiel 150 g			Kisiel 150 g			Kisiel b/c 150 g			Kisiel 150 g			Kisiel 150 g																
		Zupa szczawiowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Banana 0,5 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy 200 g (GLU) Banana 0,5 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Banana 0,5 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy 200 g (GLU) Kiwi 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Zupa szczawiowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy 200 g (GLU) Kiwi 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 180 g (GLU, SEL) Makaron pszenny 150 g (GLU) Banana 0,5 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Banana 0,5 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Banana 0,5 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Banana 0,5 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa pietruszkowa z ziemniakami zmięszowana 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) zmięszowany 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny papka 200 g (GLU) Kiwi 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml										
		Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml																
Kolekcja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynkowa miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynkowa miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynkowa miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynkowa miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynkowa miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Szynkowa miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata b/c 250 ml		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Szynkowa miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata b/c 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynkowa miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Szynkowa miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynkowa miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Szynkowa miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem 150 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jabłkiem rozdrobniona 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml									
	Jogurt owocowy 150 g			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Jogurt owocowy 150 g			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Jogurt owocowy 150 g			Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)			Jogurt owocowy 150 g					
Wartość energetyczna	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 283,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 349,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 247,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 247,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 057		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 291,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 481		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 283,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 283,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 291,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 291,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 291,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 291,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 291,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 291,4	
	Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 342,1 suma cukrów prostych [g] 82,6 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 28,3		Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 353,3 suma cukrów prostych [g] 87,6 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,1		Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 61 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 355,7 suma cukrów prostych [g] 82,7 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,9		Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 346,9 suma cukrów prostych [g] 82,3 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,9		Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 322,8 suma cukrów prostych [g] 67,2 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,9		Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 58,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,8 Węglowodany ogółem [g] 309,3 suma cukrów prostych [g] 55,9 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,3		Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 397,1 suma cukrów prostych [g] 118,3 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,7		Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Węglowodany ogółem [g] 328,3 suma cukrów prostych [g] 64,9 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 24		Białko ogółem [g] 69,8 Tłuszcz [g] 85,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 372,1 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 36,9		Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 72,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 396,1 suma cukrów prostych [g] 114,5 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,4											

2024-08-30 piątek

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Latwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zol.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata	
Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczyczo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczyczo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml (GLU)	Pieczyczo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (GLU) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 120 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku zmkosowane 350 g (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Pomidor bez skóry zmkosowany 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	
danie			Sok owocowo-warzywny 200 ml							Sok owocowo-warzywny 200 ml				
Obiad	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko pieczone 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 170 g (SEL) Jabłko 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko pieczone 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Krupnik 250 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko pieczone 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik zmkosowany 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Warzywa po grecku puree 150 g (SEL) Mus jabłkowy 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
wieczorek			Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	
Kolejka	Pieczyczo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczyczo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczyczo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczyczo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Rzodkiewka 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczyczo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczyczo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmkosowana 60 g Cwikła z jabłkiem zmkosowana 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
lek nocny	Serek Bieluch naturalny 150 g						Kiwi 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek Bieluch naturalny 150 g			Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek Bieluch naturalny 150 g	
Wartość energetyczna[kcal] [kcal]	2 185,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 310,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 465,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 131,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 539,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 076,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 110,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 110,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 231,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 231,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 276,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 231,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 572,4	
Białko ogółem [g]	97	Białko ogółem [g]	98,3	Tłuszcz [g]	75,8	Białko ogółem [g]	95,4	Białko ogółem [g]	102,8	Białko ogółem [g]	90,5	Białko ogółem [g]	104,9	
Tłuszcz [g]	68,2	Tłuszcz [g]	75,8	Tłuszcz [g]	65,6	Tłuszcz [g]	79,6	Tłuszcz [g]	64,3	Tłuszcz [g]	70,1	Tłuszcz [g]	61,8	
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]	23,9	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]	26	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]	21,9	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]	25,3	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]	20,2	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]	13,2	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]	13,2	
Węglowodany ogółem [g]	312,1	Węglowodany ogółem [g]	321,3	Węglowodany ogółem [g]	21,9	Węglowodany ogółem [g]	27,5	Węglowodany ogółem [g]	304,6	Węglowodany ogółem [g]	304,6	Węglowodany ogółem [g]	304,6	
suma cukrów prostych [g]	74,3	suma cukrów prostych [g]	74,3	suma cukrów prostych [g]	98,1	suma cukrów prostych [g]	98,1	suma cukrów prostych [g]	98,1	suma cukrów prostych [g]	98,2	suma cukrów prostych [g]	98,2	
Sól [g]	6,3	Sól [g]	5,9	Sól [g]	6,9	Sól [g]	7,1	Sól [g]	6,1	Sól [g]	6,2	Sól [g]	6,3	
Blonnik pokarmowy [g]	32,5	Blonnik pokarmowy [g]	24,5	Blonnik pokarmowy [g]	30,3	Blonnik pokarmowy [g]	42,2	Blonnik pokarmowy [g]	49,2	Blonnik pokarmowy [g]	49,9	Blonnik pokarmowy [g]	30,3	

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zół.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Uboogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Pakwowata								
2024-08-31 sobota	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z zielonego groszku 50 Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z zielonego groszku 50 Pasta z zielonego groszku 50 Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z zielonego groszku 50 Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml (GLU)		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z zielonego groszku 50 Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU)		Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU, MLE) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa zmkisowana 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmkisowany 80 g (GLU, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	
		Jabłko gotowane 1 szt			Jabłko gotowane 1 szt			Jabłko 1 szt			Jabłko gotowane 1 szt			Mus jabłkowy 100 g							
Obiad	Jarzynowa 400 ml (GLU, SEL) Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 150g) 80 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Banana 0,5 szt		Jarzynowa 400 ml (GLU, SEL) Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 150g) 80 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 170 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Banana 0,5 szt		Jarzynowa 400 ml (GLU, SEL) Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 150g) 80 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Banana 0,5 szt		Jarzynowa 400 ml (GLU, SEL) Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 150g) 80 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z kapusty białej i czerwonej z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml Banana 0,5 szt		Jarzynowa 250 ml (GLU, SEL) Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 150g) 80 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 150 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml Banana 0,5 szt		Jarzynowa 400 ml (GLU, SEL) Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 150g) 100 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Banana 0,5 szt		Jarzynowa 400 ml (GLU, SEL) Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 150g) 80 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Banana 0,5 szt		Jarzynowa 400 ml (GLU, SEL) Kotlet brokułowy 90 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU, SEL) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Banana 0,5 szt		Jarzynowa zmkisowana 400 ml (GLU, SEL) Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 150g) 80 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Puree z buraczków 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Banana 0,5 szt				
	Sok marchwiowy 200 ml			Sok marchwiowy 200 ml			Sok marchwiowy 200 ml			Sok marchwiowy 200 ml			Sok marchwiowy 200 ml								
Posiłek nocny	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasztet drobiowy 60 g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 50 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szyunka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szyunka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ogórek kiszony 50 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szyunka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szyunka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ogórek kiszony 50 g Mix salat 20 g Herbata b/c 250 ml		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Szyunka miódowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Ogórek kiszony 50 g Mix salat 20 g Herbata b/c 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szyunka miódowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szyunka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ogórek kiszony 50 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasztet warzywny 60 g (GLU) Ogórek kiszony 50 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU, MLE) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szyunka miódowa z indyka zmkisowana 60 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml		
	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem i z otrębami pszennymi 200 ml (GLU, SOJ)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem i z otrębami pszennymi 200 ml (GLU, SOJ)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)					
Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 438,3 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 84,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Węglowodany ogółem [g] 347,5 suma cukrów prostych [g] 83,3 Sól [g] 7,2 Blonnik pokarmowy [g] 35,3		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 412,3 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 351,3 suma cukrów prostych [g] 86,5 Sól [g] 6 Blonnik pokarmowy [g] 26,3		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 557,1 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 387,1 suma cukrów prostych [g] 84,4 Sól [g] 6,1 Blonnik pokarmowy [g] 31,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,6 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 69,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 342,6 suma cukrów prostych [g] 86,2 Sól [g] 7,3 Blonnik pokarmowy [g] 44,8		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 557,1 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 387,1 suma cukrów prostych [g] 84,4 Sól [g] 6,1 Blonnik pokarmowy [g] 31,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 226,2 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 332,4 suma cukrów prostych [g] 75,6 Sól [g] 6,6 Blonnik pokarmowy [g] 48,9		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 234,2 Białko ogółem [g] 79,1 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 Węglowodany ogółem [g] 328,3 suma cukrów prostych [g] 70,8 Sól [g] 6,6 Blonnik pokarmowy [g] 52,5		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 221,1 Białko ogółem [g] 70,6 Tłuszcz [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 256,2 suma cukrów prostych [g] 57,9 Sól [g] 5,8 Blonnik pokarmowy [g] 38,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 221,1 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 66,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 Węglowodany ogółem [g] 328,9 suma cukrów prostych [g] 117,4 Sól [g] 6,7 Blonnik pokarmowy [g] 31,5		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 275,5 Białko ogółem [g] 70,5 Tłuszcz [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Węglowodany ogółem [g] 369,1 suma cukrów prostych [g] 85,1 Sól [g] 5,8 Blonnik pokarmowy [g] 39,4		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 548,3 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 387,1 suma cukrów prostych [g] 119,7 Sól [g] 6,2 Blonnik pokarmowy [g] 28,3	

Oznaczenia

alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten,
SKR - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzechy ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne,
ORZ - Orzechy,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników

odż.:

- Wartość energetyczna[kcal],
- Białko ogółem,
- Tłuszcz,
- Węglowodany ogółem,
- Sól,
- Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
- Błonnik pokarmowy,
- suma cukrów prostych,