

*Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 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 L. 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
Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Ogórek świeży 80 Pomidor 80 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) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 Pomidor bez skóry 80 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) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 Pomidor bez skóry 80 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) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Ogórek świeży 80 Pomidor 80 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) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Ogórek świeży 80 Pomidor 80 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) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Ogórek świeży 80 Pomidor 80 Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczyczo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Ogórek świeży 80 Pomidor 80 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczyczo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Ogórek świeży 80 Pomidor 80 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczyczo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Ogórek świeży 80 Pomidor 80 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 Pomidor bez skóry 80 Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 Pomidor 80 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. 15 g (MLE) Ogórek świeży 80 Pomidor 80 Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ, GOR) Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Cukinia pieczona 80 Pomidor 80 Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)
danie			Kisiel 150 g			Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g		Kisiel 150 g			Kisiel 150 g	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Pierogi leniwe z masłem i bułką 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Pierogi leniwe z masłem i bułką 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 200 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 200 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 200 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 g (GLU, SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 150 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 200 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 200 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 200 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 200 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowany 400 g (GLU, SEL) Pierogi leniwe rozdrobnione 250 g (GLU, MLE) Puree z marchwi 100 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
potwierczonek			Banan 1 szt (120g)			Banan 1 szt (120g)	Kiwi 1 szt (100g)	Koktajl z kiwi i napoju sojowego fortyfikowanego wapniem 200 ml (SOJ)	Koktajl z kiwi i mleka 200 ml (MLE)			Puree bananowe 60 g	
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 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 drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmiksowana 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml	
nocny	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		Wafle ryżowe 3 szt	Wafle ryżowe wielozłazniaste 3 szt		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe wielozłazniaste 3 szt		Wafle ryżowe 3 szt	Galaretki owocowa 150 g	Wafle ryżowe 3 szt	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Biszkopty namoczone 5 szt (GLU, JAJ)
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 147,3 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 282,7 suma cukrów prostych [g] 80,9 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 345,2 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 84,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 294,7 suma cukrów prostych [g] 87,1 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 22,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 929,4 Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 304,6 suma cukrów prostych [g] 65,5 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 951,4 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 54,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 304,2 suma cukrów prostych [g] 65,5 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 500,3 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 350,2 suma cukrów prostych [g] 132,5 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 910,5 Białko ogółem [g] 72,7 Tłuszcz [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 308,7 suma cukrów prostych [g] 57,5 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 941,6 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,9 Węglowodany ogółem [g] 299,7 suma cukrów prostych [g] 49,4 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 43,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 562 Białko ogółem [g] 66,1 Tłuszcz [g] 41,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 Węglowodany ogółem [g] 299,7 suma cukrów prostych [g] 46,8 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 33,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 016,9 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 306,3 suma cukrów prostych [g] 63,4 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 176,8 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 306,3 suma cukrów prostych [g] 63,4 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 016,9 Białko ogółem [g] 73,9 Tłuszcz [g] 65,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 296,4 suma cukrów prostych [g] 63,4 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 32,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 397 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 328,3 suma cukrów prostych [g] 113 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,5	

	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 L. z ogr. wdz. soku zoł.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Vegetariańska	1 DP Pakowata															
2024-09-12 czwartek	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 myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 Mix салат 20 g Kawa zbożowa z makiem (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 myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 Mix салат 20 g Kawa zbożowa z makiem (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 myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 Mix салат 20 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 Mix салат 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 Mix салат 20 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml (GLU)		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 Mix салат 20 g Kawa zbożowa z makiem (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 myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 Mix салат 20 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)												
		Maślanka naturalna 200 ml (MLE)			Maślanka naturalna 200 ml (MLE)			Kiwi 1 szt (100g)		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 Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (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 Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (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 Salata z sosem vinegret 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (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 Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (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 Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (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 Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (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 Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (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 Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Rosół z makaronem 400 ml (SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 40 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
	Zobek	Budyń 150 g			Budyń 150 g (MLE)			Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i papryki 150 g		Budyń 150 g (MLE)			Budyń 150 g (MLE)															
Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretki drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banana 1 (120g) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretki drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banana 1 (120g) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banana 1 (120g) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretki drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banana 1 (120g) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banana 1 (120g) Herbata b/c 250 ml		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banana 1 (120g) Herbata b/c 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretki drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banana 1 (120g) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Galaretki drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banana 1 (120g) 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 1 (120g) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmiękowana 60 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml										
Ostiek 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 sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)											
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 464,2 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 73,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 355,3 suma cukrów prostych [g] 86 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 30,3		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 589,9 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 364,6 suma cukrów prostych [g] 88,8 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,3		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 683,8 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 383,6 suma cukrów prostych [g] 103,3 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,8		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 422,6 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 352,2 suma cukrów prostych [g] 87,9 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 40,7		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 795,4 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 86,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 396,3 suma cukrów prostych [g] 115,5 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,8		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 266,2 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 80,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 304,3 suma cukrów prostych [g] 64,1 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 39		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 341,4 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 91,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Węglowodany ogółem [g] 302,3 suma cukrów prostych [g] 58,7 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 815 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 85,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 353,6 suma cukrów prostych [g] 399,9 suma cukrów prostych [g] 116,9 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,3			Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 648,7 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 94,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 347,2 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,1			Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 456,7 Białko ogółem [g] 72,1 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 347,2 suma cukrów prostych [g] 83,8 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,8			Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 613 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 366 suma cukrów prostych [g] 113,7 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 17				

	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 L. z ogr. wzd. soku żol.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Uboogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Vegetariańska	1 DP Papkowata											
2024-09-13 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bulka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko gotowane 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Platki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Platki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bulka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)		Platki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bulka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Platki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bulka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)										
		Sok owocowo-warzywny 200 ml			Sok owocowo-warzywny 200 ml						Koktajl bananowo-mleczny z otrębami pszennymi 200 ml (GLU, MLE)			Sok owocowo-warzywny 200 ml										
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 morskczuczka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (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 morskczuczka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (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 morskczuczka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (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 morskczuczka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (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 morskczuczka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (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 morskczuczka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (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 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Jabłko 1 szt (150g) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Solferino zmiękowana 400 ml (GLU, SEL) Pasta z morskczuczka 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree z brokula 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml							
	Wafle ryżowe 3 szt			Wafle ryżowe 3 szt						Wafle ryżowe wielozmiarnie 3 szt			Wafle ryżowe 3 szt		Biszkoptki namoczone 5 szt (GLU, JAJ)									
Kolejacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (SOJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Marchew baby gotowana 80 Papryka 80 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 80 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 Papryka 80 Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bulka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (SOJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Marchew baby gotowana 80 Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bulka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (SOJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 Herbata b/c 250 ml		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (SOJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 Herbata b/c 250 ml		Bulka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (SOJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Marchew baby gotowana 80 Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bulka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1 szt (SOJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bulka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (SOJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 g Marchew baby gotowana 80 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)		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)		Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)						
dek noocy	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 606,4 Białko ogółem [g] 127,5 Tłuszcz [g] 81,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 356,9 suma cukrów prostych [g] 96,7 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,8		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 590 Białko ogółem [g] 116,6 Tłuszcz [g] 86,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 348,5 suma cukrów prostych [g] 98,4 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 642,5 Białko ogółem [g] 127,5 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 333,4 suma cukrów prostych [g] 391,9 suma cukrów prostych [g] 106,5 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,4		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 275,2 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 333,4 suma cukrów prostych [g] 87,5 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 44,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 403,1 Białko ogółem [g] 113,1 Tłuszcz [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 340,7 suma cukrów prostych [g] 99,7 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 43		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 668,4 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 84,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 389,7 suma cukrów prostych [g] 105,7 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 29,3		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 310,6 suma cukrów prostych [g] 59,4 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 46,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 827,9 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,7 Węglowodany ogółem [g] 317,3 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 831,2 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 89,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Węglowodany ogółem [g] 235 suma cukrów prostych [g] 39,7 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,8		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 433,8 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 90,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 329 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 29,8		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 451,5 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 399 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 702,8 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 93,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 362,1 suma cukrów prostych [g] 113,7 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9	

	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 L. 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 Vegetariańska	1 DP Papkowata	
2024-09-14 sobota	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 zielonego groszku 40 g Pomidor 50 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) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone 1 szt (150g) 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) Pomidor 50 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) Pomidor 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone 1 szt (150g) 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) Pomidor 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 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) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone 1 szt (150g) 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 (GLU) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 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 zielonego groszku 100 g Pomidor 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Zmiksowany 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka zmiksowana 60 g (SOJ, SEL) Jabłko pieczone puree 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	
		Banan 1 szt		Banan 1 szt		Sok pomidorowy 200 ml		Banan 1 szt		Puree bananowe 60 g				
Obiad	Zupa dyniowa 400 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 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, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalaflor 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, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalaflor 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, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 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, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 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, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalaflor 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, JAJ, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 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, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 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, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalaflor 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, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Kalaflor 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) Kotlet sojowy 90 g (GLU, SOJ) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 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, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		
	Jogurt owocowy 150 g		Jogurt owocowy 150 g		Masłanka naturalna 200 ml (MLE)		Salatka warzywna ze słonecznikiem 150 g		Jogurt owocowy 150 g		Masłanka naturalna 200 ml (MLE)			
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wedlina śniadaniowa drob. 60 g Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wedlina śniadaniowa drob. 60 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wedlina śniadaniowa drob. 60 g Wedlina śniadaniowa drob. 60 g Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Słonecznik luskany 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wedlina śniadaniowa drob. 60 g Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wedlina śniadaniowa drob. 60 g Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wedlina śniadaniowa drob. 60 g Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Wedlina śniadaniowa drob. 60 g Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wedlina śniadaniowa drob. 60 g Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wedlina śniadaniowa drob. 60 g Salata (liść) 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Wedlina śniadaniowa drob. 60 g Salata (liść) 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) Pasztet z cukinii 80 g (GLU, JAJ) Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wedlina śniadaniowa drob. zmiksowana 60 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		
	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	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 448,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 426,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 643,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 377,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 302,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 643,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 098,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 112,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 842	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 691,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 436,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 745,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 572,6	
	Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 366,7 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,1	Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 372,6 suma cukrów prostych [g] 71,3 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,4	Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 363,5 suma cukrów prostych [g] 414,5 suma cukrów prostych [g] 109,9 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 29	Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 66,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 358,1 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,6	Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 358,1 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 41,7	Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 63,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 314,6 suma cukrów prostych [g] 52,6 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,6	Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 63,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 314,6 suma cukrów prostych [g] 52,6 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,6	Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 73,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,8 Węglowodany ogółem [g] 297,4 suma cukrów prostych [g] 34,5 Sól [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 46,6	Białko ogółem [g] 76,5 Tłuszcz [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 266,5 suma cukrów prostych [g] 40,8 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,2	Białko ogółem [g] 76,5 Tłuszcz [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 266,5 suma cukrów prostych [g] 40,8 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,2	Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 73,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 360,3 suma cukrów prostych [g] 63,2 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3	Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 73,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 360,3 suma cukrów prostych [g] 63,2 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3	Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 81,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 402,4 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 54,8	Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 384,6 suma cukrów prostych [g] 89,9 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,7

	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 żol.	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					
2024-09-15 niedziela	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 350 ml (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) Salata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 10 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 10 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem (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) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)		Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 10 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem (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) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		
		Sok owocowo-warzywny 200 ml			Sok owocowo-warzywny 200 ml													
Obiad	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 80g, mięso 80g) 160 g (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Śliwka (100g) 2 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 150 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 150 g Banan 0,5 szt (60g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 150 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 170 g (GLU) Ziemniaki 200 g Śliwka (100g) 2 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 150 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 170 g (GLU) Ziemniaki 200 g Banan 0,5 szt (60g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 150 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Banan 0,5 szt (60g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Zupa grysikowa 250 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 150 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Ziemniaki 150 g Śliwka (100g) 2 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 150 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Banan 0,5 szt (60g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 150 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Śliwka (100g) 2 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 150 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Śliwka (100g) 2 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)														
Podwieczorek	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 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) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 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) Ser żółty 50 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml			
	Sok marchwiowy 200 g			Sok marchwiowy 200 g														
Osiłek nocny	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 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) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 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) Ser żółty 50 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml			
	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)			Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)														
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 394,4 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 345,2 suma cukrów prostych [g] 93,5 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 536,4 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 343,4 suma cukrów prostych [g] 91,8 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 24	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 536,4 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 380,7 suma cukrów prostych [g] 118,5 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 171,3 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 55,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 332 suma cukrów prostych [g] 95,8 Sól [g] 84,3 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 215,7 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 340,7 suma cukrów prostych [g] 95,8 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 42,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 227,4 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 334,8 suma cukrów prostych [g] 82,5 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 51,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 227,4 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 315,5 suma cukrów prostych [g] 334,8 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197,9 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 315,5 suma cukrów prostych [g] 334,8 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197,9 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 52,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 258,1 suma cukrów prostych [g] 78,9 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 536,4 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 380,7 suma cukrów prostych [g] 325,5 suma cukrów prostych [g] 69,4 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 327,7 Białko ogółem [g] 71,4 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 378 suma cukrów prostych [g] 97,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 405 Białko ogółem [g] 71,4 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 378 suma cukrów prostych [g] 97,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 545,4 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 374,9 suma cukrów prostych [g] 116,9 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,9					

	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 zoł.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Uboogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Vegetariańska	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 Gruszka 150 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 Banan 1 szt (120g) 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 Gruszka 150 Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Gruszka 150 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 Banan 1 szt Banan 1 szt (120g) 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 Gruszka 150 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SEL) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Gruszka 150 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 Gruszka 150 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 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 80 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Banan 1 szt Banan 1 szt (120g) 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 Gruszka 150 Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	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 Gruszka 150 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 Gruszka 150 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 Gruszka 150 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 Gruszka 150 Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)
kanie			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 pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko gotowane 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron razowy 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron razowy 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko gotowane 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron razowy 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron razowy 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron razowy 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko gotowane 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko gotowane 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko 1 szt (150g) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
zorek			Kisiel 150 g			Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g			Kisiel 150 g			Kisiel 150 g	
Kolejca	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) 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) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SEL) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SEL) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SEL) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) 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) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml
Posiłek nocny			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] 2 361,4 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 374 suma cukrów prostych [g] 79,3 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 36	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,3 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 359,6 suma cukrów prostych [g] 97,1 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 478,1 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 389,2 suma cukrów prostych [g] 79,4 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 398,5 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 383,3 suma cukrów prostych [g] 81,1 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 558,6 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 401,8 suma cukrów prostych [g] 130,6 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 276,1 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 364,5 suma cukrów prostych [g] 74,9 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 319,1 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 54,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,7 Węglowodany ogółem [g] 380,4 suma cukrów prostych [g] 87,9 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 47	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 941,9 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 51,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 291,7 suma cukrów prostych [g] 54,9 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 40	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 307,3 Białko ogółem [g] 77 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Węglowodany ogółem [g] 357,3 suma cukrów prostych [g] 93,2 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 182,9 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 342 suma cukrów prostych [g] 83,8 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 668,8 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 431,6 suma cukrów prostych [g] 161,1 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 668,8 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 431,6 suma cukrów prostych [g] 161,1 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 668,8 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 431,6 suma cukrów prostych [g] 161,1 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 668,8 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 431,6 suma cukrów prostych [g] 161,1 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,1

	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 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											
2024-09-17 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, SEL, GOR) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 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, SEL, GOR) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 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, SEL, GOR) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, SEL, GOR) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, SEL, GOR) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 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, SEL, GOR) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 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, SEL, GOR) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)										
		Kefir naturalny 200 ml (MLE)			Kefir naturalny 200 ml (MLE)				Napój sojowy fortyfikowany 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 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 Surówka z młodej kapusty z olejem 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Pomidorowa z ryżem parabolicznym 250 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym (sos 80g, mięso 70g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 150 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) (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									
	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)				Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)		Puree z brokuła 150 g		Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)									
Kolejka	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Papryka 80 Salata (2 liście) 20 g Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 250 ml		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Salata (2 liście) 20 g Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 Salata (2 liście) 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 z dyni i kaszy jaglanej 80 g (GLU, JAJ) Papryka 80 Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 Herbata (cukier 10g) 250 ml							
	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)							
nocny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 356 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 85,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 320,8 suma cukrów prostych [g] 70,6 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 468,9 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 88,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 338,7 suma cukrów prostych [g] 74,5 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,4		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 104 265,3 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 95,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 367,2 suma cukrów prostych [g] 70,6 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 29		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 92,1 2 356 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 85,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 320,8 suma cukrów prostych [g] 70,6 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 89,9 2 306,4 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 86,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 315,8 suma cukrów prostych [g] 72,2 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,3		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 104 2 686,3 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 95,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 367,2 suma cukrów prostych [g] 75,3 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 29		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 88,3 2 213,7 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 88,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 284,4 suma cukrów prostych [g] 46,5 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,5		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 88,7 2 092,7 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 85,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,7 Węglowodany ogółem [g] 262,7 suma cukrów prostych [g] 35,4 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 47,5		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 79,7 1 866,8 Białko ogółem [g] 79,7 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 223,9 suma cukrów prostych [g] 50,6 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,8		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 92,6 2 405,5 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 98,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 Węglowodany ogółem [g] 322 suma cukrów prostych [g] 62,3 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,7		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 68,7 2 672,7 Białko ogółem [g] 68,7 Tłuszcz [g] 91,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 345,5 suma cukrów prostych [g] 75,3 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,8		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 95,5 103,3 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 103,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 364,6 suma cukrów prostych [g] 84,4 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,2	

	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 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	
2024-09-18 środa	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 (GLU, SOJ) Jabłko 1 szt (150g) 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 (150g) 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 (GLU, SOJ) Jabłko 1 szt (150g) 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 (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Jabłko gotowane 1 szt (150g) 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 (GLU, SOJ) Jabłko 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 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 (GLU, SOJ) Jabłko 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g (GLU, SOJ) Jabłko 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem 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 (GLU, SOJ) Jabłko 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Jabłko gotowane 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g (GLU, SOJ) Jabłko 1 szt (150g) 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 (GLU, SOJ) Jabłko 1 szt (150g) 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 (GLU, SOJ) Jabłko 1 szt (150g) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) (MLE) Mus jabłkowy 100 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)
	Judynie		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)	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL, GOR) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria z sosem vinegret 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami 250 ml (GLU, SEL, GOR) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Zapiekanek ziemniaczana z pieczarkami 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Zapiekanek ziemniaczana z pieczarkami 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mizeria 130 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (sos 80g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
	zerek		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
Kolacja	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 50 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 50 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 50 Salata (liść) 10 g Pomidor 50 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 50 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 50 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 50 Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor 50 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 50 Herbata b/c 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 50 Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SOJ) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor 50 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 50 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 50 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 50 Herbata (cukier 10g) 250 ml	
lek nocyjny	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Wafle ryżowe wielozłaziste 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 namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,8 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 319,1 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 393 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 81,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 343 suma cukrów prostych [g] 77,1 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 592 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 385,1 suma cukrów prostych [g] 77,1 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 29,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 196,4 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 74,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 315,7 suma cukrów prostych [g] 57,5 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 183,7 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 325,5 suma cukrów prostych [g] 65,9 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 393 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 81,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 343 suma cukrów prostych [g] 77,1 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 013,2 Białko ogółem [g] 74,1 Tłuszcz [g] 69,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 290,6 suma cukrów prostych [g] 45,5 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 39	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 015,2 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,6 Węglowodany ogółem [g] 262,4 suma cukrów prostych [g] 36,9 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 751,2 Białko ogółem [g] 67,5 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 224,8 suma cukrów prostych [g] 34,7 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 704,2 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 Węglowodany ogółem [g] 383 suma cukrów prostych [g] 104,3 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 203,6 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 312,9 suma cukrów prostych [g] 61,2 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 192,2 Białko ogółem [g] 62,8 Tłuszcz [g] 86,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 Węglowodany ogółem [g] 305 suma cukrów prostych [g] 67,6 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 559,3 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 84,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Węglowodany ogółem [g] 380,7 suma cukrów prostych [g] 120,8 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,2	

2024-09-19 czwartek

	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 L. z ogr. wdz. soku żoń.	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 jaglana na mleku 350 g (MLE) 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 mlekiem (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 bez skóry 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	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) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Orzechy włoskie 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo razowe 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 mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	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 mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 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 mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka 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 mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	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 mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) 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 bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	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) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	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) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku zmięszana 350 g (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra zmięszana 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Puree z marchwi i selera z olejem 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)			
danie	Kisiel 150 g		Kisiel 150 g		Kisiel 150 g		Kisiel b/c 150 g		Kisiel 150 g		Kisiel 150 g					
Obiad	Kalaforowa 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Banana 1 szt (120g) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Kalaforowa 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy 200 g (GLU) Banana 1 szt (120g) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Kalaforowa 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Banana 1 szt (120g) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Kalaforowa 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy 200 g (GLU) Kiwi 1 szt (100g) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Kalaforowa 250 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny 150 g (GLU) Banana 1 szt (120g) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Kalaforowa 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Banana 1 szt (120g) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Kalaforowa 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Banana 1 szt (120g) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Kalaforowa zmięszana 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) zmięszany 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny papka 200 g (GLU) Banana puree 1 szt (120g) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g)	
zerek	Sok pomidorowy 200 ml		Sok pomidorowy 200 ml		Sok pomidorowy 200 ml		Sok pomidorowy 200 ml		Sok pomidorowy 200 ml		Sok pomidorowy 200 ml					
Kolacja	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) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) 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) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i 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) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) 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) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) 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) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) 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) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i 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) Pasta warzywna 100 g (JAJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka zmięszana 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata (cukier 10g) 250 ml				
lek nocny	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			
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 385,9 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 359,6 suma cukrów prostych [g] 95,8 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 30	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 434,5 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 67,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 366,5 suma cukrów prostych [g] 98,7 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 601,8 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 406,9 suma cukrów prostych [g] 128 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 431 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 373,2 suma cukrów prostych [g] 95,9 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 30,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 349,9 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 60,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 364,4 suma cukrów prostych [g] 95,5 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 601,8 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 406,9 suma cukrów prostych [g] 128 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 091,7 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 325,5 suma cukrów prostych [g] 68,3 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 39,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 085 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1 Węglowodany ogółem [g] 312 suma cukrów prostych [g] 57 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 41,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 752,3 Białko ogółem [g] 72,6 Tłuszcz [g] 46,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 269,9 suma cukrów prostych [g] 77,3 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 638,2 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 410,3 suma cukrów prostych [g] 129,4 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 386,9 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 344,1 suma cukrów prostych [g] 76,8 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 583,4 Białko ogółem [g] 73,2 Tłuszcz [g] 86,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 389,5 suma cukrów prostych [g] 99,8 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 558,7 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 392,5 suma cukrów prostych [g] 112,4 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,9			

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,