

	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 Pakowata	
Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynka królewicka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica miodowa drob. 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynka królewicka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica miodowa drob. 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica miodowa drob. 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (GLU) Poledwica miodowa drob. 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Masło 82% tł. 10 [g] (MLE) Poledwica miodowa drob. 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica miodowa drob. 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica miodowa drob. 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica miodowa drob. 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica miodowa drob. 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica miodowa drob. 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	2. śniadanie					Kefir naturalny 200 [ml] (MLE)		Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)		Kefir naturalny 200 [ml] (MLE)			Kefir naturalny 200 [ml] (MLE)	
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz biały 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz brązowy 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz brązowy 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz biały 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz brązowy 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 250 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz brązowy 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 250 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz brązowy 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz biały 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz biały 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz biały 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz biały 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz biały 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz biały 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z wloszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ryz biały 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	zobek			Mus owocowy 100 g		Mus owocowy 100 g	Surówka z selera i jabłka z orzechami włoskimi 150 g (ORZ, SEL)			Mus owocowy 100 g			Mus owocowy 100 g	
Kolejacja	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Jabliko gotowane (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 [g] Jabliko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 [g] Jabliko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Jabliko gotowane (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL, GOR) Ogórek kiszony 50 [g] Jabliko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL, GOR) Ogórek kiszony 50 [g] Jabliko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL, GOR) Ogórek kiszony 50 [g] Jabliko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Jabliko gotowane (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (GLU) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL, GOR) Pomidor 80 g Jabliko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL, GOR) Ogórek kiszony 50 [g] Jabliko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL, GOR) Ogórek kiszony 50 [g] Jabliko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Jabliko gotowane (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Jabliko gotowane (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	nocny			Jogurt owocowy 150 [g]		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Sok pomidorowy 200 [ml]	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)	Jogurt owocowy 150 [g]		Sok pomidorowy 200 [ml]	Jogurt owocowy 150 [g]	
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 236,6 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 333,4 suma cukrów prostych [g] 80,7 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 319,5 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 339,7 suma cukrów prostych [g] 84,8 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 23	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 466,5 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 361,2 suma cukrów prostych [g] 99,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 136,4 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 322,7 suma cukrów prostych [g] 83 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 149,5 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 66,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 323,3 suma cukrów prostych [g] 83 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 466,5 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 361,2 suma cukrów prostych [g] 99,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 102,6 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 72,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 297,5 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 49,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 038,1 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11 Węglowodany ogółem [g] 290,8 suma cukrów prostych [g] 48,7 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 54,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 654,6 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 52,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 231,8 suma cukrów prostych [g] 47,4 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 332,8 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Węglowodany ogółem [g] 324,5 suma cukrów prostych [g] 68,9 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 155,8 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Węglowodany ogółem [g] 324,5 suma cukrów prostych [g] 68,9 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 332,8 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 345,6 suma cukrów prostych [g] 80,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 299,8 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 321 suma cukrów prostych [g] 93,6 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,2	

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Latwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Latostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Ł. z ogr. wzd. 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 Pakowata	
2024-10-23 środa	Śniadanie	Platki 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 Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki 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 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo 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 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo 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 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo 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 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Platki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Platki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki 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 Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki ryżowe na mleku papka 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 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
		nie		Kisiel 150 g			Kisiel 150 g		Kisiel b/c 150 g		Kisiel 150 g			Kisiel 150 g
2024-10-23 środa	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pierogi leniwe z masłem i bułką 250 g (GLU, MLE) Surówka z warzyw mieszanych (pietruszka, seler, marchew, jabłko) 130 g (SEL) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z warzyw mieszanych (pietruszka, seler, marchew, jabłko) 130 g (SEL) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z warzyw mieszanych (pietruszka, seler, marchew, jabłko) 130 g (SEL) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet z kurczaka gotowany w sosie ziołowym (sos 80g) 70 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z warzyw mieszanych (pietruszka, seler, marchew, jabłko) 130 g (SEL) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Kiwi (100g) 1 szt	Koktajl z kiwi i napoju sojowego fortyfikowanego wapniem 200 ml (SOJ)		Koktajl z kiwi i mleka 200 ml (MLE)				Puree bananowe 60 g
		odwieczorek		Banan (120g) 1 szt		Banan (120g) 1 szt								
2024-10-23 środa	Kolaż	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) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 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) 300 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) 300 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 300 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 300 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 300 ml	Bułka wrocławska 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) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (GLU) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 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) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmiękowana 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml		
		noony	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe 3 szt	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Wafle ryżowe 3 szt	Galaretka owocowa 150 g	Wafle ryżowe 3 szt	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Biszkopty namoczone 5 szt (GLU, JAJ)		
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 179,3 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 286 suma cukrów prostych [g] 85,3 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 360,5 Białko ogółem [g] 115,3 Tłuszcz [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 296,2 suma cukrów prostych [g] 90,3 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 21,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 403,1 Białko ogółem [g] 84,1 Tłuszcz [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 307,8 suma cukrów prostych [g] 70 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 961,4 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Węglowodany ogółem [g] 307,4 suma cukrów prostych [g] 70 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 40,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 526,6 Białko ogółem [g] 116,1 Tłuszcz [g] 74,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 355,6 suma cukrów prostych [g] 138,9 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 24,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 922,5 Białko ogółem [g] 73,4 Tłuszcz [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 307,1 suma cukrów prostych [g] 56,9 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 943,4 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,9 Węglowodany ogółem [g] 297,1 suma cukrów prostych [g] 47,8 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 577,9 Białko ogółem [g] 66,9 Tłuszcz [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 Węglowodany ogółem [g] 245,5 suma cukrów prostych [g] 339,3 suma cukrów prostych [g] 126,1 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 497,2 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Węglowodany ogółem [g] 308,5 suma cukrów prostych [g] 58,7 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 048,9 Białko ogółem [g] 74,6 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Węglowodany ogółem [g] 299,7 suma cukrów prostych [g] 67,9 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 32,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 433,7 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 80,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 333,7 suma cukrów prostych [g] 119,2 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,9			

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Latwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatobiałkowa	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 Papkowata	
2024-10-24 czwartek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g Pomidor 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Masło 82% tł. 10 [g] (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Pieczeń mięsliwska 60 g (SOJ) Pomidor 100 g Mix sałat 20 [g] Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
			Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)			Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)		Kiwi (100g) 1 szt		Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)			Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	
	Ryzanka 400 ml (SEL) Udziec drobiowy opiekany 140 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		Ryzanka 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany 140 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		Ryzanka 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany 140 g Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Ryzanka 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany 140 g Ziemniaki 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Ryzanka 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany 140 g Ziemniaki 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Ryzanka 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany 140 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		Ryzanka 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany 140 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
			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 Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 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 Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 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 Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banan (120g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banan (120g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (MLE) Galaretki drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (MLE) Galaretki drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	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 Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 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) 300 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) 300 ml	
	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] 2 530,1 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 376,4 suma cukrów prostych [g] 99,3 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 476,5 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 372,3 suma cukrów prostych [g] 99,3 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 570,4 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 391,3 suma cukrów prostych [g] 113,9 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 309,2 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 359,9 suma cukrów prostych [g] 98,5 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 46	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 443,5 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 373,3 suma cukrów prostych [g] 99 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 666,9 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 403,6 suma cukrów prostych [g] 126,2 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 130,6 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 302,5 suma cukrów prostych [g] 66,6 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 105,6 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 66,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,5 Węglowodany ogółem [g] 299,6 suma cukrów prostych [g] 60,3 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 46,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 890 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 270,4 suma cukrów prostych [g] 65,8 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 35	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 701,6 Białko ogółem [g] 115,3 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 407,6 suma cukrów prostych [g] 127,4 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 434,4 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 361,2 suma cukrów prostych [g] 87 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 505,2 Białko ogółem [g] 72,5 Tłuszcz [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 377 suma cukrów prostych [g] 98,3 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 619,2 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 69,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 397,9 suma cukrów prostych [g] 124,7 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,3	

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. 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	
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bulka wrocławska 130 [g] (GLU) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki 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 (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki 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 (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Bulka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] Pasztet z cukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Masło 82% tł. 10 [g] (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki 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 (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bulka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (MLE) Pasztet z cukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	2. śniadanie	Sok owocowo-warzywny 200 [ml]			Sok owocowo-warzywny 200 [ml]			Sok owocowo-warzywny 200 [ml]			Koktajl bananowo-mleczny z otrebami pszennymi 200 ml (GLU, MLE)			Sok owocowo-warzywny 200 [ml]
Obiad	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Solferino 250 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 150 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino zmiksowana 400 ml (GLU, SEL) Pasta z morszczuka 80 g (RYB) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree z brokuła 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	wieczorek	Wafle ryżowe 3 szt			Wafle ryżowe 3 szt			Wafle ryżowe wielozłarniste 3 szt			Wafle ryżowe 3 szt			Biszkopty namoczone 5 szt (GLU, JAJ)
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 [g] Papryka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bulka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 [g] Marchew baby gotowana 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bulka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 [g] Marchew baby gotowana 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 [g] Papryka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt (SOJ) Roszponka 20 [g] Papryka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bulka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt (SOJ) Roszponka 20 [g] Papryka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 [g] Papryka 80 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 [g] Papryka 80 g Herbata b/c 250 ml	Bulka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 [g] Papryka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bulka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 [g] Papryka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Roszponka 20 [g] Papryka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bulka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 [g] Papryka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bulka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Roszponka 20 [g] Papryka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	Posiłek nocny	Serek homogenizowany waniliowy 150 [g] (MLE)	Jogurt z owocami 150 g (MLE)	Jogurt z owocami 150 g (MLE) Orzechy włoskie 15 [g] (ORZ)	Serek homogenizowany waniliowy 150 [g] (MLE)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)	Serek homogenizowany nat. 150 [g] (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 [ml] (SOJ)	Serek homogenizowany nat. 150 [g] (MLE)	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)	Serek homogenizowany waniliowy 150 [g] (MLE)
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 647,7 Białko ogółem [g] 128,6 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 365,2 suma cukrów prostych [g] 103,8 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 631,3 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 86,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 356,7 suma cukrów prostych [g] 105,4 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 683,8 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 79,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 400,1 suma cukrów prostych [g] 113,5 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 316,6 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 341,7 suma cukrów prostych [g] 94,5 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 444,5 Białko ogółem [g] 114,1 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 397,9 suma cukrów prostych [g] 112,7 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 29,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 709,7 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 84,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 397,9 suma cukrów prostych [g] 112,7 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 29,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,5 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 73,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 319,7 suma cukrów prostych [g] 61,5 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 51,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 196,5 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 73,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,7 Węglowodany ogółem [g] 319,7 suma cukrów prostych [g] 52,2 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 847,5 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 319,7 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 872,5 Białko ogółem [g] 125,8 Tłuszcz [g] 90,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 398,9 suma cukrów prostych [g] 120,2 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 465 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 336,3 suma cukrów prostych [g] 66,2 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 30,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 492,9 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 407,4 suma cukrów prostych [g] 163,9 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 765,2 Białko ogółem [g] 120,4 Tłuszcz [g] 95,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 370,6 suma cukrów prostych [g] 120,8 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,4	

		1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Latwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku żoł.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Pakowata	
2024-10-26 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) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 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 miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Pomidor 50 g	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (GLU) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (GLU) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (GLU) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 [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) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku zmiślowany 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miodowa z indyka zmiślowana 60 g (SOJ, SEL) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	nie		Banan (120g) 1 szt			Banan (120g) 1 szt		Sok pomidorowy 200 [ml]		Banan (120g) 1 szt				Puree bananowe 60 g	
	Obiad	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Kalaflor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Kalaflor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 250 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Salatka z ogórka kisz. 130 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Kalaflor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Kalaflor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Kalaflor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Kolefory sojowy 90 g (GLU, SOJ) Salatka z ogórka kisz. 130 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Kalaflor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa dyniowa zmiślowana 400 ml (SEL) Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (pulpet 90g, sos 150g) 240 g (GLU, JAJ, SEL) Kalaflor gotowany na parze 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	zrzek		Jogurt owocowy 150 [g]		Jogurt owocowy 150 [g]		Jogurt owocowy 150 [g]	Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	Salatka warzywna ze słonecznikiem 150 g		Jogurt owocowy 150 [g]			Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (GLU) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (GLU) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Pomidor 50 [g] Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 [g] Salata (liść) 10 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. zmiślowana 60 [g] Pomidor bez skóry zmiślowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml		
lek noocy		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)			Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 [ml] (SOJ)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 [ml] (SOJ)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 435 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 71,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 365,6 suma cukrów prostych [g] 78,8 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 413,3 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 371,5 suma cukrów prostych [g] 83,8 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 653,6 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 66,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 413,4 suma cukrów prostych [g] 116,3 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 387,1 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 357,1 suma cukrów prostych [g] 80,8 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 40,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,5 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 413,4 suma cukrów prostych [g] 116,3 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 065,6 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 59,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 308,5 suma cukrów prostych [g] 54,1 Sól [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 069,4 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11 Węglowodany ogółem [g] 290,4 suma cukrów prostych [g] 35 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 808,8 Białko ogółem [g] 82,2 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 260,4 suma cukrów prostych [g] 42,2 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 653,6 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 66,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 413,4 suma cukrów prostych [g] 116,3 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 423,5 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 69,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Węglowodany ogółem [g] 359,1 suma cukrów prostych [g] 81,3 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 53,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 646 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 399,8 suma cukrów prostych [g] 81,3 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 53,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 595,8 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 404,1 suma cukrów prostych [g] 114,9 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,4			

	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		
2024-10-27 niedziela	Śniadanie	Makaron na mleku 350 g (GLU, 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) Sałata lodowa 10 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 350 g (GLU, 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) Sałata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka 50 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)			Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (GLU) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (GLU) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Pasta z zielonego groszku 100 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
				Sok owocowo-warzywny 200 [ml]					Sok owocowo-warzywny 200 [ml]					Sok owocowo-warzywny 200 [ml]	
	Obiad	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 [g] Śliwka (50g) 2 [Por] x 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 150 g (GLU) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 [g] Śliwka (50g) 2 [Por] x 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 150 g (GLU) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 [g] Śliwka (50g) 2 [Por] x 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 150 g (GLU) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 [g] Banana (120g) 0,5 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 150 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 150 g Ziemniaki 200 [g] Śliwka (50g) 2 [Por] x 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Zupa grysikowa 250 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 150 g (GLU) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 [g] Śliwka (50g) 2 [Por] x 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 150 g (GLU) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 [g] Banana (120g) 0,5 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 150 g (GLU) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 [g] Śliwka (50g) 2 [Por] x 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Burger warzywny 150 g (GLU, JAJ, SEL) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 [g] Śliwka (50g) 2 [Por] x 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Burger warzywny 150 g (GLU, JAJ, SEL) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 [g] Śliwka (50g) 2 [Por] x 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 150 g (GLU) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 [g] Śliwka (50g) 2 [Por] x 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 150 g (GLU) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 [g] Śliwka (50g) 2 [Por] x 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Kanapka z pieczywa razowego (50g) z masłem 82%tł. (10g) z wędliną drobiową (30g) i sałata (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Kanapka z pieczywa razowego (50g) z masłem roślinnym (10g) z wędliną drobiową (30g) i sałata (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		
	Kolacja	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) 300 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) 300 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) 300 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) 300 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) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 [g] Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (GLU) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 [g] Pomidor 80 g Herbata b/c 300 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 300 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) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (GLU, SOJ) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 [g] Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 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) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Pasta twarogowa z koperkiem i oliwą 100 g (MLE) Pomidor bez skóry zmiaskowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml		
			Sok marchwiowy 200 g					Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Sok marchwiowy 200 g	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Sok marchwiowy 200 g		Sok marchwiowy 200 g		
	Posiłek nocny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 347,2 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 341,1 suma cukrów prostych [g] 106,6 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 270,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 339,9 suma cukrów prostych [g] 104,1 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 472,3 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 326,4 suma cukrów prostych [g] 94,7 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 27,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 118,7 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 333,3 suma cukrów prostych [g] 108,5 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 40,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 117 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 333,3 suma cukrów prostych [g] 108,5 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 27,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 168,1 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 335,8 suma cukrów prostych [g] 83,8 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 51,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 165,8 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Węglowodany ogółem [g] 315,6 suma cukrów prostych [g] 63,6 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 707,6 Białko ogółem [g] 75,4 Tłuszcz [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 258,7 suma cukrów prostych [g] 87 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 39,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 472,3 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 318,6 suma cukrów prostych [g] 79,5 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 357,8 Białko ogółem [g] 70,8 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 318,6 suma cukrów prostych [g] 110,7 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 507,5 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 372,4 suma cukrów prostych [g] 129,8 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,6			

	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 żół.	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 Banan (120g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 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 (120g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 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 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 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 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 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 g Banan (120g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 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 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 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 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SOJ, MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 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 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 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 (120g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 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 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU, SEL) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku zmkusowana 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka zmkusowana 60 g (GLU, SOJ, MLE) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	Sok pomidorowy 200 [ml]	Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	Sok pomidorowy 200 [ml]	Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	Maślanka naturalna 200 [ml] (MLE)	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 gotowane (150g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 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 (150g) 1 szt Orzechy włoskie 10 [g] (ORZ) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 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 (150g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 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 (150g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 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 (150g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 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 (150g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron razowy 200 g (GLU) Mus jabłkowy 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 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 (150g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 [g] (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 [g] (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 [g] (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 [g] (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 [g] (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g
Kolejacja	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor bez skóry 50 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor 50 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 [g] Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 [g] (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka zmkusowany 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	Sok pomidorowy 200 [ml]	Sok pomidorowy 200 [ml]	Sok pomidorowy 200 [ml]	Sok pomidorowy 200 [ml]	Sok pomidorowy 200 [ml]	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 150 [ml] (SOJ) Sok pomidorowy 100 [ml]	Sok pomidorowy 200 [ml]	Sok pomidorowy 200 [ml]	Sok pomidorowy 200 [ml]	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 150 [ml] (SOJ) Sok pomidorowy 100 [ml]	Sok pomidorowy 200 [ml]	Sok pomidorowy 200 [ml]	Sok pomidorowy 200 [ml]	Sok pomidorowy 200 [ml]
Posiłek nocny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 511,9 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 57,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 403,6 suma cukrów prostych [g] 86,1 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 346,7 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 376 suma cukrów prostych [g] 104 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 552 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 418,2 suma cukrów prostych [g] 137,5 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 358 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 46,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 391,6 suma cukrów prostych [g] 87,9 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 438,3 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 418,2 suma cukrów prostych [g] 137,5 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 552 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 354 suma cukrów prostych [g] 76,4 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 45	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 168,9 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 43,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,1 Węglowodany ogółem [g] 368,8 suma cukrów prostych [g] 88,3 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 47	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 072,6 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Węglowodany ogółem [g] 316,3 suma cukrów prostych [g] 88,3 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 290,4 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Węglowodany ogółem [g] 372,7 suma cukrów prostych [g] 99,1 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 20,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 346,1 Białko ogółem [g] 73,2 Tłuszcz [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 368,1 suma cukrów prostych [g] 90,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 662,1 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 447,9 suma cukrów prostych [g] 167,9 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 17,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 662,1 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 447,9 suma cukrów prostych [g] 167,9 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 17,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 662,1 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 447,9 suma cukrów prostych [g] 167,9 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 17,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 662,1 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 447,9 suma cukrów prostych [g] 167,9 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 17,4

	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 żół.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Vegetariańska	1 DP Pakowata	
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) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, SEL, GOR) Marchew gotowana w plastrach 100 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 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) 300 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) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, SEL, GOR) Ogórek kiszony 100 [g] Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, 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 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej 100 g (JAJ, RYB, SEL, GOR) Ogórek kiszony 100 [g] Pomidor 50 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 [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 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 [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) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 [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) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 [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) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 [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) 300 ml (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) 300 ml (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) 300 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 (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty i rzepy z natką pietruszki 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty i rzepy z natką pietruszki 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 250 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 150 g (GLU) Surówka z białej kapusty i rzepy z natką pietruszki 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty i rzepy z natką pietruszki 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty i rzepy z natką pietruszki 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty i rzepy z natką pietruszki 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty i rzepy z natką pietruszki 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty i rzepy z natką pietruszki 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Gulasz z tofu i wloszczyzny gotowany (tofu 70g, sos 100g) 150 g (GLU, SOJ, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty i rzepy z natką pietruszki 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
			Ciasto drożdżowe 40 [g] (GLU, JAJ, MLE)		Ciasto drożdżowe 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)	
Kolaża	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Papryka 80 g Salata (2 liście) 20 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pomidor bez skóry 80 g Salata (2 liście) 20 g Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 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 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczone 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miódowa z indyka zmiękowana 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml		Bułka wrocławska namoczone 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Szynka miódowa z indyka zmiękowana 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Sok wielowarzywny 200 g		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Sok wielowarzywny 200 g		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)	
noony	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 527,5 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 352,1 suma cukrów prostych [g] 76,8 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 623 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 90,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 369,1 suma cukrów prostych [g] 80,6 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 839,4 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 97,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 397,6 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 527,5 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 352,1 suma cukrów prostych [g] 76,8 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 477,9 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 347,1 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 839,4 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 97,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 397,6 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 365,3 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 92 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 310,6 suma cukrów prostych [g] 47,8 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 234,1 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 89 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1 Węglowodany ogółem [g] 288 suma cukrów prostych [g] 35,7 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 49,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 999 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 82,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 246,9 suma cukrów prostych [g] 54 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 856,4 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 98 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 397,6 suma cukrów prostych [g] 67,6 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 648,7 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 101,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Węglowodany ogółem [g] 352,3 suma cukrów prostych [g] 67,6 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 541,1 Białko ogółem [g] 71,8 Tłuszcz [g] 92,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 375,7 suma cukrów prostych [g] 81,4 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 826,8 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 97,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 395 suma cukrów prostych [g] 90,5 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 30	

	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 Ubożenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Pakowata														
2024-10-30 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Pieczywo pszenne 80 [g] (GLU) Pieczywo razowe 50 [g] (GLU) Masło 82% tł. 15 [g] (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)		Platki 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 (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)		Platki 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) Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 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 (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g (GLU, SOJ) Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)		Platki 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 (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)		Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) 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 (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)		Platki 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 (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)											
		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)			Hummus 50 g Marchew wiórki 50 g		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 [g] (MLE)													
2024-10-30 środa	Obiad	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie pieczeniowym (schab 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie pieczeniowym (schab 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie pieczeniowym (schab 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie pieczeniowym (schab 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Ogórek kiszony plastry 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie pieczeniowym (schab 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie pieczeniowym (schab 70g, sos 100g) 170 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Zapiekanka ziemniaczana z pieczarkami 300 g (GLU, JAJ, MLE) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Zapiekanka ziemniaczana z pieczarkami 300 g (GLU, JAJ, MLE) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml											
		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]		Sok owocowo-warzywny 200 [ml]													
2024-10-30 środa	Kolacja	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 g Herbata (cukier 10g) 300 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 g Herbata (cukier 10g) 300 ml		Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Serek kanapkowy 80 [g] (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 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 g Herbata b/c 300 ml		Pieczywo razowe 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor 50 g Herbata b/c 300 ml		Pieczywo razowe 100 [g] (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 [g] (MLE) Serek kanapkowy 80 [g] (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor 50 g Herbata b/c 300 ml		Bułka wrocławska 130 [g] (GLU) Masło roślinne 15 [g] (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 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 g Herbata (cukier 10g) 300 ml											
		Ciasto drożdżowe 40 [g] (GLU, JAJ, MLE)			Ciasto drożdżowe 40 [g] (GLU, JAJ, MLE)			Ciasto drożdżowe 40 [g] (GLU, JAJ, MLE)		Wafle ryżowe wielozłazniaste 3 szt		Ciasto drożdżowe 40 [g] (GLU, JAJ, MLE)		Ciasto drożdżowe 40 [g] (GLU, JAJ, MLE)		Ciasto drożdżowe namoczone 40 [g] (GLU, JAJ, MLE)											
2024-10-30 środa	Tek noorny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 311 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 335,7 suma cukrów prostych [g] 81,5 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 308,8 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 351,5 suma cukrów prostych [g] 83,5 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,9		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 507,8 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 68 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 393,6 suma cukrów prostych [g] 99,3 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 29,5		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 139,8 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 331,3 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 32		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 135,1 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 343 suma cukrów prostych [g] 79,7 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,5		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 510,8 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 70,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 388,8 suma cukrów prostych [g] 110,2 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 903,3 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 54,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 292,8 suma cukrów prostych [g] 44,9 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 39,5		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 931,9 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12 Węglowodany ogółem [g] 263,2 suma cukrów prostych [g] 35,7 Sól [g] 10,3 Błonnik pokarmowy [g] 45		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 682,7 Białko ogółem [g] 72,6 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 237,3 suma cukrów prostych [g] 43,5 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,9		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 527,3 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Węglowodany ogółem [g] 388,8 suma cukrów prostych [g] 110,2 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229,9 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 319,4 suma cukrów prostych [g] 66,6 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,5		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 143,6 Białko ogółem [g] 67,7 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 322,5 suma cukrów prostych [g] 81,4 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 524,4 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 389,2 suma cukrów prostych [g] 127,3 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,5	

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,