

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-03-17 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%t. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczyczo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczyczo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczyczo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Cwikła z jabłkiem zmkisowana 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Filet królewski z indyka zmkisowany 60 g (GLU, SOJ)
	II S		Galaretką owocową 150 g			Galaretką owocową 150 g	Marchew wiórki 50 g Hummus 50 g	Hummus 50 g Marchew wiórki 50 g		Galaretką owocową 150 g			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)
2025-03-17 poniedziałek	Obiad	Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana 250 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 150 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
	P		Sok owocowo-warzywny 200 ml			Biskvity 5 szt (GLU, JAJ)	Sok wielowarzywny 200 ml		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Sok owocowo-warzywny 200 ml		Sok owocowo-warzywny 200 ml
2025-03-17 poniedziałek	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%t. 15 g (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL) Ogórek kiszony plaster 60 g Jabłko (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 60 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%t. 15 g (MLE) Pasta ryбно-warzywna bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL) Ogórek kiszony plaster 60 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%t. 15 g (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL) Ogórek kiszony plaster 60 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%t. 15 g (MLE) Pasta ryбно-warzywna bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL) Ogórek kiszony plaster 60 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%t. 15 g (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL) Ogórek kiszony plaster 60 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta ryбно-warzywna bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Jabłko (150g) 1 szt Ogórek kiszony plaster 60 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%t. 15 g (MLE) Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL) Ogórek kiszony plaster 60 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%t. 15 g (MLE) Pasta ryбно-warzywna bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony plaster 60 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta ryбно-warzywna bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony plaster 60 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%t. 15 g (MLE) Pasta z soczewicy z marchewką 100 g Ogórek kiszony plaster 60 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%t. 15 g (MLE) Pasta ryбно-warzywna bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry zmkisowany 60 g Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	II	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)
2025-03-17 poniedziałek		Wartość en. [kcal]: 2575.70 kcal; Białko ogółem: 131.94 g; Tłuszcz: 80.98 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 344.88 g; suma cukrów prostych: 124.49 g; Sól: 7.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g;	Wartość en. [kcal]: 2537.16 kcal; Białko ogółem: 126.41 g; Tłuszcz: 76.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 348.35 g; suma cukrów prostych: 128.89 g; Sól: 5.36 g; Błonnik pokarmowy: 22.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2460.42 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 383.52 g; suma cukrów prostych: 81.90 g; Sól: 5.76 g; Błonnik pokarmowy: 32.78 g;	Wartość en. [kcal]: 2469.24 kcal; Białko ogółem: 105.70 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 332.01 g; suma cukrów prostych: 81.90 g; Sól: 7.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2391.26 kcal; Białko ogółem: 121.42 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 333.69 g; suma cukrów prostych: 97.63 g; Sól: 7.44 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g;	Wartość en. [kcal]: 2308.58 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 88.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 299.47 g; suma cukrów prostych: 66.69 g; Sól: 9.41 g; Błonnik pokarmowy: 48.48 g;	Wartość en. [kcal]: 2183.08 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 85.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; Węglowodany ogółem: 289.60 g; suma cukrów prostych: 57.49 g; Sól: 9.37 g; Błonnik pokarmowy: 50.87 g;	Wartość en. [kcal]: 1948.96 kcal; Białko ogółem: 84.54 g; Tłuszcz: 79.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 234.53 g; suma cukrów prostych: 55.93 g; Sól: 7.01 g; Błonnik pokarmowy: 38.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2797.08 kcal; Białko ogółem: 116.48 g; Tłuszcz: 100.33 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; suma cukrów prostych: 79.54 g; Sól: 6.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2421.72 kcal; Białko ogółem: 88.85 g; Tłuszcz: 92.21 g; Kw. tł. nasy.: 13.86 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; suma cukrów prostych: 124.94 g; Sól: 7.34 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g;	Wartość en. [kcal]: 2512.67 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 86.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; suma cukrów prostych: 124.94 g; Sól: 7.34 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g;	Wartość en. [kcal]: 2814.96 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 94.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.88 g; Węglowodany ogółem: 385.88 g; suma cukrów prostych: 139.80 g; Sól: 5.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku żol.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgli.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-03-18 wtorek	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiową z warzywami 150 g (SEL) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiową z warzywami 150 g (SEL) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiową z warzywami 150 g (SEL) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiową z warzywami 150 g (SEL) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiową z warzywami 150 g (SEL) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiową z warzywami 150 g (SEL) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Piecząwo razowe 130 g (GLU) Masło 82%tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiową z warzywami 150 g (SEL) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU)	Piecząwo razowe 100 g (GLU) Masło 82%tł. 10 g (MLE) Galaretką drobiową z warzywami 150 g (SEL) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretką drobiową z warzywami 150 g (SEL) Roszponka 10 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Galaretką drobiową z warzywami 150 g (SEL) Roszponka 10 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa zmkiszowana 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmkiszowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S		Banan (120g) 1 szt			Banan (120g) 1 szt	Pomarańcza 0,5 szt		Kefir naturalny 200 ml (MLE)				Puree bananowe 100 g
Obiad	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Pulpet a'la gołąbek 90 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Pulpet a'la gołąbek 90 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 170 g (SEL) Orzechy włoskie 10 g (ORZ) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Pulpet a'la gołąbek 90 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 170 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Pulpet a'la gołąbek 90 g (GLU) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 30 ml	Zupa zacierkowa 250 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 150 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 30 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Kolekt brokułowy 90 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Kolekt brokułowy 90 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selerą i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	P		Kisiel 150 g			Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g		Budyń 150 g (MLE)				Kisiel 150 g
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) 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) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) 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) Masło roślinne 15 g Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) 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) Masło roślinne 15 g Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) 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) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 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) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry zmkiszowany 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry zmkiszowany 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	Pi	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)
	Wartość en. [kcal]: 2460.56 kcal; Białko ogółem: 102.34 g; Tłuszcz: 75.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 360.63 g; suma cukrów prostych: 78.07 g; Sól: 5.37 g; Błonnik pokarmowy: 35.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2401.99 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 353.65 g; suma cukrów prostych: 79.66 g; Sól: 4.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2507.07 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 55.77 g; Kw. tł. nasy.: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 363.32 g; suma cukrów prostych: 107.41 g; Sól: 4.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2507.01 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 79.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 392.89 g; suma cukrów prostych: 77.42 g; Sól: 5.31 g; Błonnik pokarmowy: 45.98 g;	Wartość en. [kcal]: 2424.44 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 74.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 362.32 g; suma cukrów prostych: 77.42 g; Sól: 5.31 g; Błonnik pokarmowy: 45.98 g;	Wartość en. [kcal]: 2589.27 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 332.16 g; suma cukrów prostych: 63.39 g; Sól: 5.10 g; Błonnik pokarmowy: 45.08 g;	Wartość en. [kcal]: 2218.33 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 332.16 g; suma cukrów prostych: 53.16 g; Sól: 5.10 g; Błonnik pokarmowy: 46.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2142.02 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 75.42 g; Kw. tł. nasy.: 13.50 g; Węglowodany ogółem: 298.45 g; suma cukrów prostych: 53.16 g; Sól: 5.97 g; Błonnik pokarmowy: 46.45 g;	Wartość en. [kcal]: 1611.64 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 42.73 g; Kw. tł. nasy.: 13.33 g; Węglowodany ogółem: 298.45 g; suma cukrów prostych: 42.38 g; Sól: 4.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.23 g;	Wartość en. [kcal]: 2645.72 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 75.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 326.21 g; suma cukrów prostych: 105.63 g; Sól: 5.22 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g;	Wartość en. [kcal]: 2359.85 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; Tłuszcz: 79.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; Węglowodany ogółem: 348.62 g; suma cukrów prostych: 76.38 g; Sól: 5.44 g; Błonnik pokarmowy: 39.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2408.17 kcal; Białko ogółem: 82.34 g; Tłuszcz: 83.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 348.62 g; suma cukrów prostych: 98.57 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;	Wartość en. [kcal]: 2316.09 kcal; Białko ogółem: 99.77 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 356.14 g; suma cukrów prostych: 98.57 g; Sól: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 22.73 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Pomarańcza 0,5 szt Kawa zbożowa z mlekciem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cukinia pieczona 80 g Banan (120g) 0,5 szt Kawa zbożowa z mlekciem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cukinia pieczona 80 g Banan (120g) 0,5 szt Kawa zbożowa z mlekciem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Pomarańcza 0,5 szt Kawa zbożowa z mlekciem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Pomarańcza 0,5 szt Kawa zbożowa z mlekciem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cukinia pieczona 80 g Banan (120g) 0,5 szt Kawa zbożowa z mlekciem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Pomarańcza 0,5 szt Kawa zbożowa z mlekciem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Pomarańcza 0,5 szt Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (<i>GLU</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82%tł. 10 g (<i>MLE</i>) Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Pomarańcza 0,5 szt Kawa zbożowa z mlekciem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 80 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cukinia pieczona 80 g Banan (120g) 0,5 szt Kawa zbożowa z mlekciem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Pomarańcza 0,5 szt Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU</i>)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Hummus 80 g Ogórek świeży 80 g Pomarańcza 0,5 szt Kawa zbożowa z mlekciem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki jęczmienne na mleku zmkisowane 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka zmkisowany 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Marchew gotowana puree 150 g Puree bananowe 60 g Kawa zbożowa z mlekciem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
	II ś			Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>)			Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>)		Salatka (mix salat, pomidor, oliwa) 150 g		Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>)		Sok wielowarzywny 200 ml
Obiad	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem na ciepło 150 g (<i>GLU, MLE</i>) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml					Brokulowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi drobno starta 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 250 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 250 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Falefalel pieczony 90 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Puree ziemniaczane 200 g (<i>MLE</i>) Marchew puree 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		
	P		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Białko jaja gotowanego 1 szt (<i>JAJ</i>) Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Białko jaja gotowanego 1 szt (<i>JAJ</i>) Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1szt Szynkowa extra 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 80 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1szt Szynkowa extra 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Pomidor bez skóry zmkisowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
ś	Kisiel 150 g					Kisiel b/c 150 g			Kisiel 150 g				
	Wartość en. [kcal]: 2326.66 kcal; Białko ogółem: 88.85 g; Tłuszcz: 74.48 g; Kw. tł. nasyc.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 343.49 g; suma cukrów prostych: 79.83 g; Sól: 5.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.40 g;	Wartość en. [kcal]: 2377.26 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz: 74.84 g; Kw. tł. nasyc.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 346.29 g; suma cukrów prostych: 90.64 g; Sól: 5.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2452.36 kcal; Białko ogółem: 112.04 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasyc.: 20.83 g; Węglowodany ogółem: 361.01 g; suma cukrów prostych: 100.49 g; Sól: 6.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;	Wartość en. [kcal]: 2223.41 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasyc.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 334.42 g; suma cukrów prostych: 81.56 g; Sól: 6.10 g; Błonnik pokarmowy: 35.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2200.29 kcal; Białko ogółem: 80.42 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasyc.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 330.15 g; suma cukrów prostych: 83.77 g; Sól: 5.80 g; Błonnik pokarmowy: 45.08 g;	Wartość en. [kcal]: 2577.27 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 83.27 g; Kw. tł. nasyc.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 360.67 g; suma cukrów prostych: 100.54 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2284.49 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasyc.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 298.76 g; suma cukrów prostych: 64.31 g; Sól: 5.71 g; Błonnik pokarmowy: 43.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2243.01 kcal; Białko ogółem: 82.30 g; Tłuszcz: 95.97 g; Kw. tł. nasyc.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 283.01 g; suma cukrów prostych: 51.48 g; Sól: 6.36 g; Błonnik pokarmowy: 46.15 g;	Wartość en. [kcal]: 1741.77 kcal; Białko ogółem: 74.80 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw. tł. nasyc.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 237.28 g; suma cukrów prostych: 55.52 g; Sól: 4.49 g; Błonnik pokarmowy: 35.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2593.73 kcal; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 83.59 g; Kw. tł. nasyc.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 360.69 g; suma cukrów prostych: 100.56 g; Sól: 6.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2145.96 kcal; Białko ogółem: 75.40 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasyc.: 14.78 g; Węglowodany ogółem: 322.32 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Sól: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 37.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2219.31 kcal; Białko ogółem: 68.54 g; Tłuszcz: 66.87 g; Kw. tł. nasyc.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 352.14 g; suma cukrów prostych: 81.98 g; Sól: 5.72 g; Błonnik pokarmowy: 39.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2370.33 kcal; Białko ogółem: 95.10 g; Tłuszcz: 87.37 g; Kw. tł. nasyc.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 314.25 g; suma cukrów prostych: 105.13 g; Sól: 7.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-03-20 czwartek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) (SOJ) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) (SOJ) Roszponka 20 g Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z zielonego groszku 100 g Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło namoczone 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony zmkisowany 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry zmkisowany 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II ś		Banan (120g) 1 szt			Banan (120g) 1 szt	Kiwi (100g) 1 szt			Banan (120g) 1 szt			Puree bananowe 60 g
	Obiad	Zupa ogórkowa 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa 250 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 100 g (SEL) Kasza jęczmienna 150 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ogórkowa 250 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa 400 ml (GLU, SEL) Burger buraczany 150 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna 200 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa 400 ml (GLU, SEL) Burger buraczany 150 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna 200 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa 400 ml (GLU, SEL) Burger buraczany 150 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna 200 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami zmkisowana 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska zmkisowana 90 g (GLU, JAJ, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Buraczki gotowane zmkisowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	II ś		Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml				Sok pomidorowy 200 ml
	Kolejka	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Surówka z marchwi drobno starta z olejem 140 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Surówka z marchwi drobno starta z olejem 140 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 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) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa zmkisowana 60 g (GLU, SOJ) Puree warzywne 200 ml Herbata (cukier 10g) 300 ml
2025-03-20 czwartek	II ś	Jogurt owocowy 150 g		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Jogurt owocowy 150 g	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Jogurt owocowy 150 g	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt owocowy 150 g	Jogurt owocowy 150 g	Jogurt owocowy 150 g
	II ś	Wartość en. [kcal]: 2604.66 kcal; Białko ogółem: 110.19 g; Tłuszcz: 85.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 366.32 g; suma cukrów prostych: 83.21 g; Sól: 7.10 g; Błonnik pokarmowy: 35.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2674.90 kcal; Białko ogółem: 110.42 g; Tłuszcz: 87.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 376.85 g; suma cukrów prostych: 86.30 g; Sól: 5.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g;	Wartość en. [kcal]: 2623.06 kcal; Białko ogółem: 113.19 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 367.98 g; suma cukrów prostych: 116.03 g; Sól: 6.71 g; Błonnik pokarmowy: 33.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2448.06 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 359.21 g; suma cukrów prostych: 83.39 g; Sól: 7.19 g; Błonnik pokarmowy: 44.50 g;	Wartość en. [kcal]: 2501.99 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 414.68 g; suma cukrów prostych: 116.09 g; Sól: 6.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2865.11 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 97.31 g; Tłuszcz: 81.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 312.62 g; suma cukrów prostych: 51.62 g; Sól: 8.02 g; Błonnik pokarmowy: 47.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2259.56 kcal; Białko ogółem: 99.93 g; Tłuszcz: 84.27 g; Kw. tł. nasy.: 15.34 g; Węglowodany ogółem: 298.21 g; suma cukrów prostych: 39.32 g; Sól: 8.02 g; Błonnik pokarmowy: 49.85 g;	Wartość en. [kcal]: 1840.35 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; Węglowodany ogółem: 250.17 g; suma cukrów prostych: 48.76 g; Sól: 5.72 g; Błonnik pokarmowy: 37.46 g;	Wartość en. [kcal]: 2865.11 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 88.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 414.68 g; suma cukrów prostych: 62.33 g; Sól: 7.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2500.79 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 81.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 383.83 g; suma cukrów prostych: 83.81 g; Sól: 7.22 g; Błonnik pokarmowy: 41.32 g;	Wartość en. [kcal]: 2572.84 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 88.61 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 338.79 g; suma cukrów prostych: 98.06 g; Sól: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2337.00 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 338.79 g; suma cukrów prostych: 98.06 g; Sól: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.68 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata	
2025-03-21 piątek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%t. 15 g (MLE) Pasta z białek jaj z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku zmkisowane 350 g (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor bez skóry zmkisowany 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	
		II S		Jabłko gotowane (150g) 1 szt			Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt		Galaretki owocowa 150 g			Mus jabłkowy 100 g	
	Obiad	Jarzynowa 400 ml (SEL) Filet z dorsza smażony 90 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa 400 ml (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Banan (120g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa 400 ml (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa 400 ml (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa 400 ml (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa 400 ml (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Jarzynowa 250 ml (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 150 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Jarzynowa 400 ml (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Banan (120g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa 400 ml (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa 400 ml (SEL) Pierogi leniwe z masłem i bułką 250 g (GLU, MLE) Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa 400 ml (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa 400 ml (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
		P		Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)			
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 30 g Pasta z soczewicy z marchewką 50 g Roszponka 20 g Ogórek świeży 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 Jabłko pieczone (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) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Ogórek świeży 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 Ogórek świeży 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 Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Hummus 80 g Roszponka 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Ogórek świeży 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 Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z soczewicy z marchewką 80 g Roszponka 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pasta z soczewicy z marchewką 80 g Roszponka 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
		Fn	Wafle ryżowe 3 szt							Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Wafle ryżowe 3 szt	Koktajl bananowo-mleczny z otrębami pszennymi 200 ml (MLE)	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Wafle ryżowe 3 szt
		Wartość en. [kcal]: 2368.79 kcal; Białko ogółem: 83.69 g; Tłuszcz: 90.23 g; Kw. tł. nasyc.: 21.79 g; Węglowodany ogółem: 320.68 g; suma cukrów prostych: 67.78 g; Sól: 6.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;	Wartość en. [kcal]: 2384.84 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 66.85 g; Kw. tł. nasyc.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 361.61 g; suma cukrów prostych: 99.98 g; Sól: 4.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.56 g;	Wartość en. [kcal]: 2441.91 kcal; Białko ogółem: 93.97 g; Tłuszcz: 62.88 g; Kw. tł. nasyc.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 382.44 g; suma cukrów prostych: 115.68 g; Sól: 5.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;	Wartość en. [kcal]: 2250.46 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 72.50 g; Kw. tł. nasyc.: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 324.17 g; suma cukrów prostych: 70.91 g; Sól: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2196.66 kcal; Białko ogółem: 83.59 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kw. tł. nasyc.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 319.23 g; suma cukrów prostych: 72.74 g; Sól: 5.87 g; Błonnik pokarmowy: 41.46 g;	Wartość en. [kcal]: 2583.90 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 79.64 g; Kw. tł. nasyc.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 382.59 g; suma cukrów prostych: 115.90 g; Sól: 5.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;	Wartość en. [kcal]: 2041.91 kcal; Białko ogółem: 79.59 g; Tłuszcz: 67.88 g; Kw. tł. nasyc.: 19.22 g; Węglowodany ogółem: 300.20 g; suma cukrów prostych: 48.75 g; Sól: 6.61 g; Błonnik pokarmowy: 45.85 g;	Wartość en. [kcal]: 2077.53 kcal; Białko ogółem: 72.87 g; Tłuszcz: 80.10 g; Kw. tł. nasyc.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 285.51 g; suma cukrów prostych: 48.44 g; Sól: 7.09 g; Błonnik pokarmowy: 49.56 g;	Wartość en. [kcal]: 1712.08 kcal; Białko ogółem: 71.81 g; Tłuszcz: 58.68 g; Kw. tł. nasyc.: 15.41 g; Węglowodany ogółem: 241.11 g; suma cukrów prostych: 40.72 g; Sól: 4.84 g; Błonnik pokarmowy: 35.74 g;	Wartość en. [kcal]: 2590.00 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nasyc.: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 366.16 g; suma cukrów prostych: 121.59 g; Sól: 5.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g;	Wartość en. [kcal]: 2256.73 kcal; Białko ogółem: 73.38 g; Tłuszcz: 83.29 g; Kw. tł. nasyc.: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 317.76 g; suma cukrów prostych: 63.85 g; Sól: 5.33 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2152.13 kcal; Białko ogółem: 91.43 g; Tłuszcz: 74.28 g; Kw. tł. nasyc.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 293.42 g; suma cukrów prostych: 84.77 g; Sól: 4.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;	Wartość en. [kcal]: 2399.62 kcal; Białko ogółem: 86.56 g; Tłuszcz: 81.67 g; Kw. tł. nasyc.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 336.75 g; suma cukrów prostych: 124.96 g; Sól: 4.97 g; Błonnik pokarmowy: 19.47 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostwana z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-03-22 sobota	Śniadanie Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kiełbasa krakowska sucha 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczycwo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczycwo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczycwo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 100 g (MLE) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa zmiksowana 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmiksowany 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S		Jabłko gotowane (150g) 1 szt			Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt		Jabłko gotowane (150g) 1 szt				Mus jabłkowy 100 g
	Obiad	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, SEL) Kiwi (100g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami i brązowym ryżem 300 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, SEL) Kiwi (100g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Zupa ziemniaczana z pomidorami 250 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 100 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, SEL) Kiwi (100g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Sos koperkowy 200 g (GLU, SEL) Surówka Colesław 130 g (JAJ) Kiwi (100g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami zmiksowane 300 g (SEL) Brokoly gotowane puree 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	P		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)			Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe wieloziarniste 3 szt			Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)			Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)
	Kolacja	Pieczycwo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pasztet drobiowy 60 g (GLU, JAJ) Ćwikla z jabłkiem 100 g Mix sałat 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) Ćwikla z jabłkiem 100 g Mix sałat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczycwo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikla z jabłkiem 100 g Mix sałat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczycwo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikla z jabłkiem 100 g Mix sałat 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) Ćwikla z jabłkiem 100 g Mix sałat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczycwo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikla z jabłkiem 100 g Mix sałat 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczycwo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikla z jabłkiem 100 g Mix sałat 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczycwo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Ćwikla z jabłkiem 100 g Mix sałat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Ćwikla z jabłkiem 100 g Mix sałat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczycwo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikla z jabłkiem 100 g Mix sałat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczycwo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pasztet warzywny 60 g (GLU, JAJ) Ćwikla z jabłkiem 100 g Mix sałat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka zmiksowana 60 g (SOJ, SEL) Marchew baby gotowana 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	ci	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)							Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem i z otrębami pszennymi 200 ml (GLU, SOJ)		
		Wartość en. [kcal]: 2507.71 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 96.40 g; Kw. tł. nasyc.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; suma cukrów prostych: 93.72 g; Sól: 7.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g;	Wartość en. [kcal]: 2396.53 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasyc.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 359.08 g; suma cukrów prostych: 113.01 g; Sól: 6.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.18 g;	Wartość en. [kcal]: 2406.52 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 58.58 g; Kw. tł. nasyc.: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 376.12 g; suma cukrów prostych: 123.31 g; Sól: 6.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;	Wartość en. [kcal]: 2271.05 kcal; Białko ogółem: 93.80 g; Tłuszcz: 58.96 g; Kw. tł. nasyc.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 349.81 g; suma cukrów prostych: 110.34 g; Sól: 7.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g;	Wartość en. [kcal]: 2221.45 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasyc.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 344.85 g; suma cukrów prostych: 123.68 g; Sól: 7.22 g; Błonnik pokarmowy: 38.28 g;	Wartość en. [kcal]: 2561.03 kcal; Białko ogółem: 83.35 g; Tłuszcz: 74.74 g; Kw. tł. nasyc.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 378.18 g; suma cukrów prostych: 123.68 g; Sól: 6.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g;	Wartość en. [kcal]: 1952.79 kcal; Białko ogółem: 83.35 g; Tłuszcz: 56.46 g; Kw. tł. nasyc.: 20.76 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; suma cukrów prostych: 58.55 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 42.22 g;	Wartość en. [kcal]: 1950.61 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz: 57.82 g; Kw. tł. nasyc.: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; suma cukrów prostych: 58.55 g; Sól: 6.04 g; Błonnik pokarmowy: 45.85 g;	Wartość en. [kcal]: 1601.99 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 45.65 g; Kw. tł. nasyc.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 237.56 g; suma cukrów prostych: 62.19 g; Sól: 5.36 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g;	Wartość en. [kcal]: 2578.02 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 58.12 g; Kw. tł. nasyc.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 334.70 g; suma cukrów prostych: 93.85 g; Sól: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2261.60 kcal; Białko ogółem: 75.63 g; Tłuszcz: 63.77 g; Kw. tł. nasyc.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 364.35 g; suma cukrów prostych: 99.20 g; Sól: 6.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.53 g;	Wartość en. [kcal]: 2313.88 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw. tł. nasyc.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 351.93 g; suma cukrów prostych: 105.95 g; Sól: 6.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.92 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-03-23 niedziela	Śniadanie	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Dyńia pieczona z ziołami 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Papryka 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 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Dyńia pieczona z ziołami 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Dyńia pieczona z ziołami 100 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami 80 g (SEL) Sałata (liść) 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami 80 g (SEL) Sałata (liść) 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka zmkusowany 60 g (GLU, SOJ) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S	Jogurt owocowy 150 g			Jogurt owocowy 150 g	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Jabłko (150g) 1 szt	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Jogurt owocowy 150 g			Jogurt owocowy 150 g	
	Obiad	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml				Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Zupa grysikowa 250 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Kotlet z jaj smażony 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana zmkusowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		
	P	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe wielozłazmiste 3 szt				Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 30 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 30 g (GLU, SOJ, SOJ) Sałatka z ogórka kiszzonego 100 g Pomarańcza 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałatka z ogórka kiszzonego 100 g Pomarańcza 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałatka z ogórka kiszzonego 100 g Pomarańcza 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Pomarańcza 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałatka z ogórka kiszzonego 100 g Pomarańcza 1 szt Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałata (liść) 10 g Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Sałatka z ogórka kiszzonego 100 g Pomarańcza 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa zmkusowana 60 g (GLU, SOJ, SOJ) Puree bananowe 60 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	☼	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)						Napój sojowy fortyfikowany wapniem PBE. EKO 1L 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem PBE. EKO 1L 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)		
	Wartość en. [kcal]: 2468,82 kcal; Białko ogółem: 110,92 g; Tłuszcz: 79,46 g; Kw. tł. nasyc.: 33,83 g; Węglowodany ogółem: 338,01 g; suma cukrów prostych: 82,73 g; Sól: 8,33 g; Błonnik pokarmowy: 33,51 g;	Wartość en. [kcal]: 2457,31 kcal; Białko ogółem: 112,51 g; Tłuszcz: 73,87 g; Kw. tł. nasyc.: 30,84 g; Węglowodany ogółem: 338,10 g; suma cukrów prostych: 79,21 g; Sól: 6,41 g; Błonnik pokarmowy: 23,21 g;	Wartość en. [kcal]: 2593,53 kcal; Białko ogółem: 127,58 g; Tłuszcz: 68,61 g; Kw. tł. nasyc.: 25,91 g; Węglowodany ogółem: 369,22 g; suma cukrów prostych: 90,81 g; Sól: 6,77 g; Błonnik pokarmowy: 24,27 g;	Wartość en. [kcal]: 2348,85 kcal; Białko ogółem: 115,52 g; Tłuszcz: 68,42 g; Kw. tł. nasyc.: 29,23 g; Węglowodany ogółem: 332,70 g; suma cukrów prostych: 84,20 g; Sól: 8,29 g; Błonnik pokarmowy: 42,63 g;	Wartość en. [kcal]: 2356,44 kcal; Białko ogółem: 108,88 g; Tłuszcz: 72,20 g; Kw. tł. nasyc.: 29,07 g; Węglowodany ogółem: 332,69 g; suma cukrów prostych: 84,19 g; Sól: 8,25 g; Błonnik pokarmowy: 42,63 g;	Wartość en. [kcal]: 2265,21 kcal; Białko ogółem: 121,14 g; Tłuszcz: 79,32 g; Kw. tł. nasyc.: 33,57 g; Węglowodany ogółem: 305,31 g; suma cukrów prostych: 50,48 g; Sól: 8,27 g; Błonnik pokarmowy: 41,55 g;	Wartość en. [kcal]: 1991,99 kcal; Białko ogółem: 90,58 g; Tłuszcz: 57,52 g; Kw. tł. nasyc.: 11,95 g; Węglowodany ogółem: 298,06 g; suma cukrów prostych: 45,88 g; Sól: 6,43 g; Błonnik pokarmowy: 45,77 g;	Wartość en. [kcal]: 1857,55 kcal; Białko ogółem: 100,12 g; Tłuszcz: 59,48 g; Kw. tł. nasyc.: 23,61 g; Węglowodany ogółem: 241,11 g; suma cukrów prostych: 48,48 g; Sól: 7,49 g; Błonnik pokarmowy: 34,37 g;	Wartość en. [kcal]: 2665,21 kcal; Białko ogółem: 121,14 g; Tłuszcz: 79,32 g; Kw. tł. nasyc.: 33,57 g; Węglowodany ogółem: 325,90 g; suma cukrów prostych: 63,09 g; Sól: 6,72 g; Błonnik pokarmowy: 24,26 g;	Wartość en. [kcal]: 2269,71 kcal; Białko ogółem: 95,67 g; Tłuszcz: 68,94 g; Kw. tł. nasyc.: 14,35 g; Węglowodany ogółem: 348,71 g; suma cukrów prostych: 82,67 g; Sól: 7,66 g; Błonnik pokarmowy: 35,79 g;	Wartość en. [kcal]: 2560,79 kcal; Białko ogółem: 88,91 g; Tłuszcz: 36,76 g; Węglowodany ogółem: 348,71 g; suma cukrów prostych: 82,67 g; Sól: 7,66 g; Błonnik pokarmowy: 35,79 g;	Wartość en. [kcal]: 2619,68 kcal; Białko ogółem: 119,87 g; Tłuszcz: 79,01 g; Kw. tł. nasyc.: 33,50 g; Węglowodany ogółem: 360,36 g; suma cukrów prostych: 104,39 g; Sól: 6,44 g; Błonnik pokarmowy: 22,69 g;	

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-03-24 poniedziałek	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) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 100 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) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 100 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) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 100 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) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Sałata (liść) 10 g Ogórek kiszony plasterki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Sałata (liść) 10 g Ogórek kiszony plasterki 100 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 100 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) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Masło roślinne 15 g Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 100 g 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 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Masło roślinne 15 g Cwikła z jabłkiem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (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) Pasta z pieczonego bakłażana 100 g Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku zmiśkowana 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka zmiśkowana 60 g (GLU, SOJ, MLE) Cwikła z jabłkiem zmiśkowana 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
		II S		Maślanka naturalna 200 ml (MLE)			Maślanka naturalna 200 ml (MLE)	Sok pomidorowy 200 ml	Maślanka naturalna 200 ml (MLE)				Maślanka naturalna 200 ml (MLE)
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU) Makaron razowy świderki 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 wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Sos mięsno-jarzynowy(mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml Jabłko (150g) 1 szt	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
		P		Kisiel 150 g			Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g		Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)			Kisiel 150 g
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwiska 60 g (SOJ) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Mix sałat 10 g Pomidor bezskóry 80 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 sałat 10 g Pomidor 80 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 sałat 10 g Pomidor 80 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 sałat 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix sałat 10 g Pomidor 80 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 sałat 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Hummus 80 g Mix sałat 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka zmiśkowany 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
		Fi		Sok pomidorowy 200 ml				Napój sojowy fortyfikowany wapniem 150 ml (SOJ) Sok pomidorowy 100 ml	Sok pomidorowy 200 ml		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 150 ml (SOJ) Sok pomidorowy 100 ml		Sok pomidorowy 200 ml
		Wartość en. [kcal]: 2796.92 kcal; Białko ogółem: 115.43 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 408.16 g; suma cukrów prostych: 92.20 g; Sól: 7.47 g; Błonnik pokarmowy: 35.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2540.87 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 81.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 365.57 g; suma cukrów prostych: 96.38 g; Sól: 7.50 g; Błonnik pokarmowy: 18.12 g;	Wartość en. [kcal]: 2607.27 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 350.11 g; suma cukrów prostych: 93.81 g; Sól: 7.83 g; Błonnik pokarmowy: 18.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2421.36 kcal; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz: 74.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 344.34 g; suma cukrów prostych: 93.81 g; Sól: 7.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.40 g;	Wartość en. [kcal]: 2653.37 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 82.30 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 303.47 g; suma cukrów prostych: 95.47 g; Sól: 7.83 g; Błonnik pokarmowy: 35.23 g;	Wartość en. [kcal]: 2131.47 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 298.11 g; suma cukrów prostych: 67.53 g; Sól: 10.48 g; Błonnik pokarmowy: 33.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2182.58 kcal; Białko ogółem: 87.14 g; Tłuszcz: 77.35 g; Kw. tł. nasy.: 20.76 g; Węglowodany ogółem: 298.11 g; suma cukrów prostych: 55.56 g; Sól: 10.97 g; Błonnik pokarmowy: 39.07 g;	Wartość en. [kcal]: 1950.40 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 261.98 g; suma cukrów prostych: 64.17 g; Sól: 7.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.19 g;	Wartość en. [kcal]: 2830.87 kcal; Białko ogółem: 121.01 g; Tłuszcz: 92.80 g; Kw. tł. nasy.: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 357.56 g; suma cukrów prostych: 81.49 g; Sól: 7.98 g; Błonnik pokarmowy: 18.12 g;	Wartość en. [kcal]: 2248.38 kcal; Białko ogółem: 73.17 g; Tłuszcz: 61.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 363.19 g; suma cukrów prostych: 95.75 g; Sól: 5.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2248.38 kcal; Białko ogółem: 73.17 g; Tłuszcz: 61.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 363.19 g; suma cukrów prostych: 95.75 g; Sól: 5.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2348.34 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz: 55.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 377.08 g; suma cukrów prostych: 145.36 g; Sól: 7.30 g; Błonnik pokarmowy: 21.83 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
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) Papryka 90 g Sałata (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) Poleďwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bezskóry 90 g Sałata (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) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (MLE) Poleďwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bezskóry 90 g Sałata (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) Poleďwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 90 g Sałata (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 90 g Sałata (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) Poleďwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Papryka 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poleďwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Papryka 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poleďwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Papryka 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poleďwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Papryka 90 g Sałata (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) Poleďwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bezskóry 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poleďwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Papryka 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Zmiksowana 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poleďwica miodowa drobiowa zmiksowana 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmiksowany 90 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
II ś	Kefir naturalny 200 ml (MLE)			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	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Sałata z sosem vinegret 40 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml			Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 200 g Sałata z sosem vinegret 40 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml			Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Sałata z sosem vinegret 40 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 200 g Sałata z sosem vinegret 40 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Solferino 250 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 150 g Sałata z sosem vinegret 40 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Sałata z sosem vinegret 40 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka z ciecierzycy z włoszczyzną 150 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Sałata z sosem vinegret 40 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ryż zmiksowany 200 g (MLE) Puree warzywne (kalefior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ryż zmiksowany 200 g (MLE) Puree warzywne (kalefior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	Galaretka owocowa 150 g			Galaretka owocowa 150 g			Surówka z selera i jabłka z orzechami włoskimi 150 g (ORZ, SEL)	Galaretka owocowa 150 g			Galaretka owocowa 150 g		
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor bezskóry 50 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor bezskóry 50 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękką 61% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pasztet z kukinii 100 g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (MLE) Pasztet z kukinii 100 g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry zmiksowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
ci	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 en. [kcal]: 2336.40 kcal; Białko ogółem: 92.82 g; Tłuszcz: 79.25 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 327.54 g; suma cukrów prostych: 83.27 g; Sól: 6.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g;	Wartość en. [kcal]: 2355.59 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 75.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.48 g; Węglowodany ogółem: 334.89 g; suma cukrów prostych: 85.61 g; Sól: 5.30 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g;	Wartość en. [kcal]: 2334.19 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 66.30 g; Kw. tł. nasy.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 317.69 g; suma cukrów prostych: 92.55 g; Sól: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 20.08 g;	Wartość en. [kcal]: 2253.08 kcal; Białko ogółem: 89.80 g; Tłuszcz: 78.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 318.30 g; suma cukrów prostych: 83.64 g; Sól: 6.59 g; Błonnik pokarmowy: 42.85 g;	Wartość en. [kcal]: 2266.16 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 80.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 318.30 g; suma cukrów prostych: 83.64 g; Sól: 6.51 g; Błonnik pokarmowy: 42.85 g;	Wartość en. [kcal]: 2545.99 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 88.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 294.95 g; suma cukrów prostych: 93.79 g; Sól: 5.49 g; Błonnik pokarmowy: 21.11 g;	Wartość en. [kcal]: 2250.11 kcal; Białko ogółem: 91.71 g; Tłuszcz: 88.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 294.95 g; suma cukrów prostych: 58.49 g; Sól: 6.93 g; Błonnik pokarmowy: 48.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2185.56 kcal; Białko ogółem: 86.24 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 10.14 g; Węglowodany ogółem: 228.16 g; suma cukrów prostych: 51.05 g; Sól: 7.61 g; Błonnik pokarmowy: 53.14 g;	Wartość en. [kcal]: 1768.88 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 228.16 g; suma cukrów prostych: 48.94 g; Sól: 5.80 g; Błonnik pokarmowy: 34.62 g;	Wartość en. [kcal]: 2545.99 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 88.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 323.53 g; suma cukrów prostych: 72.04 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2310.01 kcal; Białko ogółem: 81.03 g; Tłuszcz: 83.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 323.53 g; suma cukrów prostych: 72.04 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2416.16 kcal; Białko ogółem: 77.48 g; Tłuszcz: 84.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 323.53 g; suma cukrów prostych: 84.60 g; Sól: 6.78 g; Błonnik pokarmowy: 33.54 g;	Wartość en. [kcal]: 2334.69 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 315.81 g; suma cukrów prostych: 89.36 g; Sól: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g;

		1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Latwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Latwostwana z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-03-26 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Papryka 50 g Ogórek kiszony plastery 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Salata lodowa 10 g Dynia pieczona z ziołami 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Salata lodowa 10 g Dynia pieczona z ziołami 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Papryka 50 g Ogórek kiszony plastery 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Papryka 50 g Ogórek kiszony plastery 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Salata lodowa 10 g Dynia pieczona z ziołami 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Papryka 50 g Ogórek kiszony plastery 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Papryka 50 g Ogórek kiszony plastery 50 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Papryka 50 g Ogórek kiszony plastery 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Dynia pieczona z ziołami 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (<i>SEL</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Papryka 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta z zielonego groszku 100 g Papryka 50 g Ogórek kiszony plastery 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Dynia pieczona puree 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
	II S			Sok owocowo-warzywny 200 ml				Sok owocowo-warzywny 200 ml			Serek homogenizowany waniliowy 150 g (<i>MLE</i>)			Sok owocowo-warzywny 200 ml
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Banan (120g) 0,5 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Banan (120g) 0,5 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem razowym 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem 250 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Banan (120g) 0,5 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Burger warzywny 150 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa koperkowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Mandarynka 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	P			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Ser żółty 50 g (<i>MLE</i>) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twaróg 70 g (<i>MLE</i>) Roszponka 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twaróg 70 g (<i>MLE</i>) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twaróg 70 g (<i>MLE</i>) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twaróg 70 g (<i>MLE</i>) Roszponka 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twaróg 70 g (<i>MLE</i>) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twaróg 70 g (<i>MLE</i>) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twaróg 70 g (<i>MLE</i>) Roszponka 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Roszponka 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Ser żółty 50 g (<i>MLE</i>) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta twarogowa z koperkiem i oliwą 100 g (<i>MLE</i>) Pomidor bez skóry zmkisowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	ci		Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)					Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Koktail bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)		Koktail bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)
		Wartość en. [kcal]: 2470.26 kcal; Białko ogółem: 87.28 g; Tłuszcz: 92.85 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 337.98 g; suma cukrów prostych: 77.43 g; Sól: 7.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g;	Wartość en. [kcal]: 2414.64 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 364.16 g; suma cukrów prostych: 86.04 g; Sól: 5.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2476.24 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 57.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 401.09 g; suma cukrów prostych: 112.69 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2252.72 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 65.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 337.12 g; suma cukrów prostych: 66.52 g; Sól: 7.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;	Wartość en. [kcal]: 2251.00 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 66.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 344.14 g; suma cukrów prostych: 80.26 g; Sól: 7.35 g; Błonnik pokarmowy: 40.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2661.65 kcal; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 308.18 g; suma cukrów prostych: 62.90 g; Sól: 7.41 g; Błonnik pokarmowy: 42.57 g;	Wartość en. [kcal]: 2174.33 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 284.08 g; suma cukrów prostych: 52.89 g; Sól: 8.41 g; Błonnik pokarmowy: 46.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2193.38 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.38 g; Węglowodany ogółem: 286.97 g; suma cukrów prostych: 58.87 g; Sól: 6.50 g; Błonnik pokarmowy: 38.82 g;	Wartość en. [kcal]: 1835.41 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 266.97 g; suma cukrów prostych: 58.87 g; Sól: 6.50 g; Błonnik pokarmowy: 38.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2785.15 kcal; Białko ogółem: 126.80 g; Tłuszcz: 82.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 338.46 g; suma cukrów prostych: 71.92 g; Sól: 6.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g;	Wartość en. [kcal]: 2373.34 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 77.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.80 g; Węglowodany ogółem: 2213.67 g; suma cukrów prostych: 44.03 g; Sól: 20.79 g; Błonnik pokarmowy: 92.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2274.70 kcal; Białko ogółem: 69.83 g; Tłuszcz: 84.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 414.03 g; suma cukrów prostych: 447.57 g; Sól: 20.08 g; Błonnik pokarmowy: 86.55 g;	Wartość en. [kcal]: 2554.01 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 81.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 2256.11 g; suma cukrów prostych: 447.57 g; Sól: 20.08 g; Błonnik pokarmowy: 86.55 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku 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
2025-03-27 czwartek	Śniadanie	Płatki żytnie na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki żytnie na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki żytnie na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki żytnie na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (<i>GLU</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 100 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 100 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretka drobiowa z warzywami 100 g (<i>SEL</i>) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
	II S		Jogurt owocowy 150 g		Jogurt owocowy 150 g	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)	Jabłko (150g) 1 szt	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)	Jogurt owocowy 150 g			Jogurt owocowy 150 g	
Obiad	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Kotlet mielony wp. smażony 90 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie koperkowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml					Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie koperkowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegreť 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 250 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie koperkowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie koperkowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie koperkowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Kotlet z jaj smażony 90 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Kotlet z jaj smażony 90 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
	P	Biszkopty 5szt (<i>GLU, JAJ</i>)					Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)		Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)		Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka królewiecka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka królewiecka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka królewiecka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka królewiecka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka królewiecka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Salatka grecka (salata, pomidor, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>) Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Salatka grecka (salata, pomidor, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>) Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Szynka królewiecka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>) Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka królewiecka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Salatka grecka (salata, pomidor, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ser żółty 50 g (<i>MLE</i>) Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Ser żółty 50 g (<i>MLE</i>) Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica sopocka drobiowa zmiśkowana 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Puree bananowe 60 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	Fi	Serek homogenizowany nat. 150 g (<i>MLE</i>)					Napój sojowy fortyfikowany wapniem PBE. EKO 1L 200 ml (<i>SOJ</i>)	Serek homogenizowany nat. 150 g (<i>MLE</i>)		Napój sojowy fortyfikowany wapniem PBE. EKO 1L 200 ml (<i>SOJ</i>)	Serek homogenizowany nat. 150 g (<i>MLE</i>)		Serek homogenizowany nat. 150 g (<i>MLE</i>)
	Wartość en. [kcal]: 2468.02 kcal; Białko ogółem: 116.08 g; Tłuszcz: 73.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 345.80 g; suma cukrów prostych: 86.46 g; Sól: 5.96 g; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;	Wartość en. [kcal]: 2452.67 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 66.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 351.06 g; suma cukrów prostych: 89.81 g; Sól: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g;	Wartość en. [kcal]: 2607.82 kcal; Białko ogółem: 129.20 g; Tłuszcz: 71.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 368.95 g; suma cukrów prostych: 98.06 g; Sól: 5.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;	Wartość en. [kcal]: 2440.47 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 77.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 337.01 g; suma cukrów prostych: 89.02 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 43.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2815.92 kcal; Białko ogółem: 129.37 g; Tłuszcz: 94.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 369.20 g; suma cukrów prostych: 98.10 g; Sól: 5.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2352.90 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 92.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 276.98 g; suma cukrów prostych: 38.87 g; Sól: 5.45 g; Błonnik pokarmowy: 37.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2234.02 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 86.35 g; Kw. tł. nasy.: 11.82 g; Węglowodany ogółem: 266.53 g; suma cukrów prostych: 38.87 g; Sól: 6.00 g; Błonnik pokarmowy: 43.95 g;	Wartość en. [kcal]: 1918.33 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 242.14 g; suma cukrów prostych: 98.10 g; Sól: 4.64 g; Błonnik pokarmowy: 33.42 g;	Wartość en. [kcal]: 2570.23 kcal; Białko ogółem: 115.17 g; Tłuszcz: 80.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.04 g; Węglowodany ogółem: 357.25 g; suma cukrów prostych: 70.95 g; Sól: 5.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2667.36 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 102.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 343.85 g; suma cukrów prostych: 86.32 g; Sól: 6.52 g; Błonnik pokarmowy: 35.24 g;	Wartość en. [kcal]: 2689.82 kcal; Białko ogółem: 118.96 g; Tłuszcz: 87.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 358.90 g; suma cukrów prostych: 111.60 g; Sól: 7.10 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g;		

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor 50 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) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor bezskórny 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z białek jaj z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor bezskórny 50 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) Pasta z białek jaj z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor 50 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) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor bezskórny 50 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) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 10 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 jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor 50 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) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 120 g (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor bezskórny 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor 50 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) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor bezskórny 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S		Sok owocowo-warzywny 200 ml			Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Sok owocowo-warzywny 200 ml		Sok owocowo-warzywny 200 ml Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Sok owocowo-warzywny 200 ml Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)			Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)
Obiad	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 170 g (SEL) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Krupnik 250 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 100 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik zmkisowany 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze zmkisowany 90 g (RYB) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Warzywa po grecku puree 150 g (SEL) Mus jabłkowy 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	P		Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)		Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)		Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Ser topiony 30 g (MLE) Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 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 Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Rzodkiewka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Rzodkiewka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 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 topiony 50 g (MLE) Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmkisowana 60 g Cwikła z jabłkiem zmkisowana 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	BN	Serek Bieluch naturalny 150 g					Serek Bieluch naturalny 150 g	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek Bieluch naturalny 150 g		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek Bieluch naturalny 150 g	
	Wartość en. [kcal]: 2353.52 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 76.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 333.26 g; suma cukrów prostych: 87.09 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2328.39 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; Tłuszcz: 66.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 342.18 g; suma cukrów prostych: 89.33 g; Sól: 6.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2448.86 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 377.14 g; suma cukrów prostych: 107.05 g; Sól: 6.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.18 g;	Wartość en. [kcal]: 2364.96 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 335.09 g; suma cukrów prostych: 87.83 g; Sól: 6.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2382.27 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 346.21 g; suma cukrów prostych: 92.01 g; Sól: 6.72 g; Błonnik pokarmowy: 42.37 g;	Wartość en. [kcal]: 2668.37 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 90.28 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 367.29 g; suma cukrów prostych: 92.92 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g;	Wartość en. [kcal]: 2179.47 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 315.66 g; suma cukrów prostych: 60.01 g; Sól: 6.45 g; Błonnik pokarmowy: 46.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2131.07 kcal; Białko ogółem: 87.16 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.96 g; Węglowodany ogółem: 303.80 g; suma cukrów prostych: 54.01 g; Sól: 6.68 g; Błonnik pokarmowy: 49.17 g;	Wartość en. [kcal]: 1887.99 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 65.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 260.72 g; suma cukrów prostych: 73.09 g; Sól: 5.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.16 g;	Wartość en. [kcal]: 2856.61 kcal; Białko ogółem: 116.93 g; Tłuszcz: 96.73 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 313.43 g; suma cukrów prostych: 113.36 g; Sól: 6.79 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2359.37 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 81.88 g; Kw. tł. nasy.: 15.15 g; Węglowodany ogółem: 326.12 g; suma cukrów prostych: 76.39 g; Sól: 6.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.46 g;	Wartość en. [kcal]: 2436.23 kcal; Białko ogółem: 116.01 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.03 g; Węglowodany ogółem: 313.43 g; suma cukrów prostych: 101.04 g; Sól: 5.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2681.32 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 90.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 367.44 g; suma cukrów prostych: 113.30 g; Sól: 6.60 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku żol.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata	
2025-03-29 sobota	Śniadanie	Platki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Dymna pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Dymna pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Dymna pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Platki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Dymna pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Platki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 25 g (MLE) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa zmięksowana 60 g (GLU, SOJ) Dymna pieczona z ziołami puree 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S			Banan (120g) 1 szt			Banan (120g) 1 szt	Pomarańcza 0,5 szt			Kefir naturalny 200 ml (MLE)			Puree bananowe 100 g
2025-03-29 sobota	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Kapusza gotowana z mięsem wieprzowym 150 g Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 g (SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 g (SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree z marchwi i selera z olejem 150 g (SEL) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami zmięksowany 400 g (SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree z marchwi i selera z olejem 150 g (SEL) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
	P		Kisiel 150 g			Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g			Budyń 150 g (MLE)			Kisiel 150 g	
2025-03-29 sobota	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Ogórek kiszony plaster 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 80 g Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Pasta z białka jaj gotowanego 1 szt (JAJ) Pomidor bez skóry 80 g Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 80 g Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 80 g Ogórek kiszony plaster 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 80 g Ogórek kiszony plaster 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 80 g Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasztet warzywny 50 g (GLU, JAJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 80 g Ogórek kiszony plaster 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony zmięksowany 60 g (SOJ) Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	Pr	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)
2025-03-30 niedziela		Wartość en. [kcal]: 2467.26 kcal; Białko ogółem: 114.46 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 356.43 g; suma cukrów prostych: 91.27 g; Sol: 9.47 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2585.46 kcal; Białko ogółem: 122.16 g; Tłuszcz: 68.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 376.20 g; suma cukrów prostych: 110.04 g; Sol: 5.61 g; Błonnik pokarmowy: 20.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2572.84 kcal; Białko ogółem: 109.25 g; Tłuszcz: 57.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.60 g; Węglowodany ogółem: 345.12 g; suma cukrów prostych: 91.92 g; Sol: 6.05 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g;	Wartość en. [kcal]: 2520.17 kcal; Białko ogółem: 122.17 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 355.17 g; suma cukrów prostych: 91.92 g; Sol: 6.47 g; Błonnik pokarmowy: 34.78 g;	Wartość en. [kcal]: 2441.27 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 349.65 g; suma cukrów prostych: 97.84 g; Sol: 6.84 g; Błonnik pokarmowy: 42.53 g;	Wartość en. [kcal]: 2751.74 kcal; Białko ogółem: 117.28 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 399.98 g; suma cukrów prostych: 126.06 g; Sol: 5.65 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g;	Wartość en. [kcal]: 2230.74 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 312.22 g; suma cukrów prostych: 68.64 g; Sol: 6.93 g; Błonnik pokarmowy: 41.01 g;	Wartość en. [kcal]: 2087.84 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 302.61 g; suma cukrów prostych: 59.64 g; Sol: 6.99 g; Błonnik pokarmowy: 43.41 g;	Wartość en. [kcal]: 1777.91 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 228.57 g; suma cukrów prostych: 46.48 g; Sol: 4.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g;	Wartość en. [kcal]: 2833.91 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 15.04 g; Węglowodany ogółem: 335.83 g; suma cukrów prostych: 74.24 g; Sol: 5.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g;	Wartość en. [kcal]: 2470.28 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz: 68.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 384.03 g; suma cukrów prostych: 151.60 g; Sol: 7.43 g; Błonnik pokarmowy: 35.80 g;	Wartość en. [kcal]: 2561.69 kcal; Białko ogółem: 123.23 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 371.17 g; suma cukrów prostych: 139.12 g; Sol: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g;	

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata	
2025-03-30 niedziela	Śniadanie	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (<i>GLU</i>) Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Pomidor bezskóry 80 g Salata (2 liście) 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Pomidor bez skóry zmkisowany 80 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Zmkisowany 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Pomidor bez skóry zmkisowany 80 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
	II ś			Jabłko gotowane (150g) 1 szt			Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt		Surówka z marchwi z selemer i olejem 150 g (<i>SEL</i>)	Kefir naturalny 200 ml (<i>MLE</i>)			Mus jabłkowy 100 g
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan (120g) 0,5szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Mandarynka 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Mandarynka 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan (120g) 0,5szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Mandarynka 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Mandarynka 1 szt	Rosół z makaronem 250 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Mandarynka 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan (120g) 0,5szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Mandarynka 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Mandarynka 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan puree 0,5szt		
	P			Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka zmkisowana 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem zmkisowana 150 g (<i>JAJ, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	PI	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>) Otreby pszenne 3 g (<i>GLU</i>) Orzechy włoskie 10 g (<i>ORZ</i>)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>) Otreby pszenne 3 g (<i>GLU</i>)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>) Otreby pszenne 3 g (<i>GLU</i>)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)	Koktajl z jabłka i napoju sojowego fortyfikowanego wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>) Otreby pszenne 3 g (<i>GLU</i>)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)	Koktajl z jabłka i napoju sojowego fortyfikowanego wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)		
	Wartość en. [kcal]: 2496.49 kcal; Białko ogółem: 115.45 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 348.56 g; suma cukrów prosty.: 84.37 g; Sól: 8.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 114.67 g; Tłuszcz: 68.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 359.39 g; suma cukrów prosty.: 91.32 g; Sól: 8.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2521.86 kcal; Białko ogółem: 123.95 g; Tłuszcz: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 389.21 g; suma cukrów prosty.: 102.25 g; Sól: 9.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;	Wartość en. [kcal]: 2382.82 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 75.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.68 g; Węglowodany ogółem: 343.96 g; suma cukrów prosty.: 87.41 g; Sól: 7.69 g; Błonnik pokarmowy: 43.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2352.85 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; suma cukrów prosty.: 87.32 g; Sól: 7.69 g; Błonnik pokarmowy: 43.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2756.94 kcal; Białko ogółem: 117.44 g; Tłuszcz: 85.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 389.47 g; suma cukrów prosty.: 102.45 g; Sól: 8.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g;	Wartość en. [kcal]: 2346.11 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; Tłuszcz: 77.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 331.74 g; suma cukrów prosty.: 59.30 g; Sól: 8.88 g; Błonnik pokarmowy: 49.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2396.74 kcal; Białko ogółem: 110.35 g; Tłuszcz: 86.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.01 g; Węglowodany ogółem: 318.24 g; suma cukrów prosty.: 47.29 g; Sól: 10.37 g; Błonnik pokarmowy: 54.20 g;	Wartość en. [kcal]: 1904.95 kcal; Białko ogółem: 89.76 g; Tłuszcz: 70.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 249.67 g; suma cukrów prostych: 52.87 g; Sól: 7.16 g; Błonnik pokarmowy: 43.11 g;	Wartość en. [kcal]: 2802.19 kcal; Białko ogółem: 123.80 g; Tłuszcz: 89.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 385.62 g; suma cukrów prosty.: 100.02 g; Sól: 8.55 g; Błonnik pokarmowy: 43.11 g;	Wartość en. [kcal]: 2266.64 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw. tł. nasy.: 9.94 g; Węglowodany ogółem: 346.70 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; Sól: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g;	Wartość en. [kcal]: 2343.45 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 346.70 g; suma cukrów prostych: 85.27 g; Sól: 5.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.64 g;	Wartość en. [kcal]: 2705.67 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 374.11 g; suma cukrów prosty.: 118.77 g; Sól: 7.54 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g;	

Oznaczenia wskaźników odż.:

*Wartość en. [kcal] - Wartość energetyczna[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
Kw. tł. nasyc. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pokarmowy - Błonnik pokarmowy,
suma cukrów prostych - suma cukrów prostych,*