

	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 Ubogogenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata	
2025-09-15 poniedziałek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (SEL) Ogórek świeży 80 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) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 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%tł. 15 g (MLE) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 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) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (SEL) Ogórek świeży 80 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) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (SEL) Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (SEL) Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (SEL) Ogórek świeży 80 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) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Cukinia pieczona 80 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) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (SEL) Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku papka 350 g (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Cukinia pieczona zmięksowana z pomidorem 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	
	II S			Kisiel 150 g		Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Kisiel 150 g	
2025-09-15 poniedziałek	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogileniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włośczyzną (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	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogileniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogileniwe 250 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włośczyzną (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	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włośczyzną (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	Brokułowa z ziemniakami 250 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włośczyzną (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	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włośczyzną (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	Brokułowa 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	Brokułowa 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	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włośczyzną (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	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włośczyzną (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		Banan (120g) 1 szt			Banan (120g) 1 szt	Kiwi (100g) 1 szt			Banan (120g) 1 szt			Puree bananowe 60 g	
2025-09-15 poniedziałek	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selerą z natką pietruszki 80 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selerą z natką pietruszki 80 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Hummus 80 g Rzodkiewka wiórki 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmięksowana 60 g Surówka z selerą z natką pietruszki 80 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	Pr	Biszkopty 5szt (GLU, JAJ)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
2025-09-15 poniedziałek		Wartość en. [kcal]: 2125.92 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 73.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 278.98 g; suma cukrów prostych: 84.93 g; Sól: 6.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;	Wartość en. [kcal]: 2292.27 kcal; Białko ogółem: 115.77 g; Tłuszcz: 80.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 288.54 g; suma cukrów prostych: 90.03 g; Sól: 5.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2367.24 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 347.24 g; suma cukrów prostych: 106.74 g; Sól: 6.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2032.10 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 60.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 300.95 g; suma cukrów prostych: 77.13 g; Sól: 6.79 g; Błonnik pokarmowy: 43.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2026.57 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 274.37 g; suma cukrów prostych: 90.84 g; Sól: 6.27 g; Błonnik pokarmowy: 36.80 g;	Wartość en. [kcal]: 2378.86 kcal; Białko ogółem: 116.96 g; Tłuszcz: 74.59 g; Kw. tł. nasy.: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 319.29 g; suma cukrów prostych: 114.76 g; Sól: 5.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.58 g;	Wartość en. [kcal]: 1993.17 kcal; Białko ogółem: 80.66 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 300.08 g; suma cukrów prostych: 64.01 g; Sól: 6.30 g; Błonnik pokarmowy: 45.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2006.27 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 11.30 g; Węglowodany ogółem: 288.77 g; suma cukrów prostych: 53.81 g; Sól: 6.38 g; Błonnik pokarmowy: 47.53 g;	Wartość en. [kcal]: 1697.55 kcal; Białko ogółem: 74.59 g; Tłuszcz: 51.85 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 250.74 g; suma cukrów prostych: 54.17 g; Sól: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 36.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2521.39 kcal; Białko ogółem: 110.41 g; Tłuszcz: 81.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 346.23 g; suma cukrów prostych: 100.77 g; Sól: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;	Wartość en. [kcal]: 2292.25 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; suma cukrów prostych: 84.81 g; Sól: 5.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2139.57 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 76.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 283.83 g; suma cukrów prostych: 84.81 g; Sól: 5.04 g; Błonnik pokarmowy: 29.31 g;	Wartość en. [kcal]: 2265.58 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 77.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 305.40 g; suma cukrów prostych: 93.56 g; Sól: 6.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 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 Ubogoneget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-09-16 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Cwikła z chrzanem 100 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła 100 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła 100 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Cwikła 100 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła 100 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z chrzanem 100 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z chrzanem 100 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Cwikła 100 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła 100 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła 100 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z soczewicy z marchewką 100 g Cwikła z chrzanem 100 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku zmkisowana 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa zmkisowana 60 g (GLU, SOJ) Mus arbuzowy 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II ś			Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml Biskopcy 5 szt (GLU, JAJ)			Sok pomidorowy 200 ml
	Obiad												
	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (SEL) Ziemniaki 200 g Mix salat z sosem vinegret 40 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml												
	P												
	Budyń 150 g												
	Kolacja												
	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Jabłko (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) Jajko gotowane 1 szt Salata (2 liście) 20 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szyzka miodowa z indyka zmkisowana 60 g (SOJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml Mus jabłkowy 100 g		
	PI												
	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)												
	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Otręby pszenne 3g (GLU)												
	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)												
	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Otręby pszenne 2 g (GLU)												
	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)												
	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)												
	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)												
	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)												
	Wartość en. [kcal]: 2305.64 kcal; Białko ogółem: 96.07 g; Tłuszcz: 67.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 345.20 g; suma cukrów prostych: 89.40 g; Sól: 5.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2302.41 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Tłuszcz: 65.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 342.39 g; suma cukrów prostych: 92.82 g; Sól: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2360.78 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 330.15 g; suma cukrów prostych: 362.86 g; suma cukrów prostych: 101.28 g; Sól: 6.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2105.35 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 55.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.38 g; Węglowodany ogółem: 330.15 g; suma cukrów prostych: 92.06 g; Sól: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 42.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2270.55 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 343.60 g; suma cukrów prostych: 92.54 g; Sól: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 43.47 g;	Wartość en. [kcal]: 2489.46 kcal; Białko ogółem: 105.28 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 269.43 g; suma cukrów prostych: 50.95 g; Sól: 6.77 g; Błonnik pokarmowy: 44.23 g;	Wartość en. [kcal]: 1917.90 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 64.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 266.31 g; suma cukrów prostych: 48.57 g; Sól: 6.75 g; Błonnik pokarmowy: 45.88 g;	Wartość en. [kcal]: 1677.04 kcal; Białko ogółem: 79.81 g; Tłuszcz: 55.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 232.63 g; suma cukrów prostych: 48.41 g; Sól: 5.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.52 g;	Wartość en. [kcal]: 2599.21 kcal; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 76.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 336.23 g; suma cukrów prostych: 83.49 g; Sól: 5.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g;	Wartość en. [kcal]: 2297.96 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.35 g; Węglowodany ogółem: 341.22 g; suma cukrów prostych: 90.18 g; Sól: 5.47 g; Błonnik pokarmowy: 34.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2285.06 kcal; Białko ogółem: 81.72 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 341.22 g; suma cukrów prostych: 90.18 g; Sól: 5.47 g; Błonnik pokarmowy: 34.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2397.11 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 363.87 g; suma cukrów prostych: 126.94 g; Sól: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 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 Cukrzykowa bezmleczna	1 DP Ubogogenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-09-17 środa	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL) Papryka 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Marchew gotowana w plasterkach 80 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z makiem (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) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Marchew gotowana w plasterkach 80 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Papryka 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Papryka 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Papryka 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Papryka 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Papryka 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL) Marchew gotowana w plasterkach 80 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Papryka 50 g Sałata (2 liście) 20 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) Pasta z czerwonej fasoli 100 g Papryka 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z makiem (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) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Marchew gotowana puree 80 g Kawa zbożowa z makiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Kiwi (100g) 1 szt		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	
Obiad	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Bitki z szynki w sosie jarzynowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Ogórek małosolny 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Bitki z szynki w sosie jarzynowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefalo, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Bitki z szynki w sosie jarzynowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefalo, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Bitki z szynki w sosie jarzynowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefalo, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Bitki z szynki w sosie jarzynowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefalo, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Bitki z szynki w sosie jarzynowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefalo, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Bitki z szynki w sosie jarzynowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Solferino 250 ml (GLU, SEL) Bitki z szynki w sosie jarzynowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Bitki z szynki w sosie jarzynowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefalo, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Kotlet sojowy 90 g (GLU, SOJ) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefalo, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Kotlet sojowy 90 g (GLU, SOJ) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefalo, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Bitki z szynki w sosie jarzynowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalefalo, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
	P		Kisiel 150 g		Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g		Galearetka owocowa 150 g		Kisiel 150 g			
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połedwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połedwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połedwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Jabłko (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) Serek wiejski 80 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Mus jabłkowy 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	Ł	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Kiwi (100g) 1 szt			Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)
	Wartość en. [kcal]: 2527.48 kcal; Białko ogółem: 92.40 g; Tłuszcz: 88.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 357.90 g; suma cukrów prostych: 77.54 g; Sól: 5.26 g; Błonnik pokarmowy: 32.74 g;	Wartość en. [kcal]: 2682.44 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 90.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 386.11 g; suma cukrów prostych: 87.43 g; Sól: 5.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;	Wartość en. [kcal]: 2669.84 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 404.31 g; suma cukrów prostych: 101.18 g; Sól: 5.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;	Wartość en. [kcal]: 2352.74 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz: 79.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 347.88 g; suma cukrów prostych: 85.96 g; Sól: 5.03 g; Błonnik pokarmowy: 43.05 g;	Wartość en. [kcal]: 2318.48 kcal; Białko ogółem: 85.46 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; Węglowodany ogółem: 337.13 g; suma cukrów prostych: 65.00 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 46.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2790.74 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 92.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 404.37 g; suma cukrów prostych: 101.24 g; Sól: 5.30 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;	Wartość en. [kcal]: 2341.32 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 80.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 339.58 g; suma cukrów prostych: 70.44 g; Sól: 5.35 g; Błonnik pokarmowy: 43.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2253.29 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 79.95 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; Węglowodany ogółem: 316.53 g; suma cukrów prostych: 59.60 g; Sól: 5.38 g; Błonnik pokarmowy: 47.46 g;	Wartość en. [kcal]: 1892.28 kcal; Białko ogółem: 76.48 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 258.64 g; suma cukrów prostych: 45.44 g; Sól: 4.41 g; Błonnik pokarmowy: 34.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2744.24 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 90.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; suma cukrów prostych: 66.54 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2558.92 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 92.63 g; Kw. tł. nasy.: 14.86 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; suma cukrów prostych: 66.54 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2803.47 kcal; Białko ogółem: 121.68 g; Tłuszcz: 75.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 412.69 g; suma cukrów prostych: 79.43 g; Sól: 6.38 g; Błonnik pokarmowy: 61.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2721.57 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 390.41 g; suma cukrów prostych: 129.95 g; Sól: 5.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 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 Ubogogenerget.	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) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Hummus 50 g Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 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) Jajko gotowane 1 szt Cukinia pieczona 80 g Pomidor bezskóry 80 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) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Pasta jajeczna z białek jaj 50 g (JAJ) Cukinia pieczona 80 g Pomidor bezskóry 80 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) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Pasta jajeczna z białek jaj 50 g (JAJ) Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 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) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Hummus 50 g Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 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) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Cukinia pieczona 80 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Hummus 50 g Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Hummus 50 g Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 g Kawazbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Hummus 50 g Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 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) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Cukinia pieczona 80 g Pomidor bezskóry 80 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 Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Cukinia pieczona 80 g Pomidor 80 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) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Ogórek świeży 80 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Pomidor zmiękawiony 60 g (GLU, SOJ) Pomidor zmiękawiony 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
II S			Maślanka naturalna 200 ml (MLE)			Maślanka naturalna 200 ml (MLE)	Jabłko (150g) 1 szt		Maślanka naturalna 200 ml (MLE)				Kisiel 150 g
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Ziemniaki 200 g Gołąbek 200 g Sos koperkowy 100 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Ziemniaki 200 g Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml					Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Ziemniaki 200 g Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 g (SEL) Ziemniaki 150 g Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 g (SEL) Ziemniaki 150 g Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Ziemniaki 200 g Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Ziemniaki 200 g Leczo z tofu z cukinią i sosem pomidorowym (w tym sos 80g, tofu 70g) 150 g (GLU, SOJ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Ziemniaki 200 g Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Mus jabłkowy 100 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
P			Banan (120g) 1 szt		Banan (120g) 1 szt		Kiwi (100g) 1 szt			Koktajl z kiwi i mleka 200 ml (MLE)			Puree bananowe 60 g
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, oliwa) 150 g (MLE) Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Hummus 80 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml
☞	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe 3 szt	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Wafle ryżowe 3 szt	Wafle ryżowe 3 szt	Galełka owocowa 150 g	Wafle ryżowe 3 szt	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		
	Wartość en. [kcal]: 2190.45 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 77.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 309.13 g; suma cukrów prostych: 72.82 g; Sól: 6.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g;	Wartość en. [kcal]: 2527.95 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 91.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 332.71 g; suma cukrów prostych: 78.08 g; Sól: 6.77 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2471.16 kcal; Białko ogółem: 112.55 g; Tłuszcz: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 334.24 g; suma cukrów prostych: 105.56 g; Sól: 7.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2393.11 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 82.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; suma cukrów prostych: 75.09 g; Sól: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 40.87 g;	Wartość en. [kcal]: 2352.60 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 78.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; suma cukrów prostych: 74.99 g; Sól: 7.13 g; Błonnik pokarmowy: 42.21 g;	Wartość en. [kcal]: 2556.04 kcal; Białko ogółem: 112.93 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 314.76 g; suma cukrów prostych: 52.12 g; Sól: 7.20 g; Błonnik pokarmowy: 43.79 g;	Wartość en. [kcal]: 2149.02 kcal; Białko ogółem: 81.51 g; Tłuszcz: 73.32 g; Kw. tł. nasy.: 12.98 g; Węglowodany ogółem: 312.70 g; suma cukrów prostych: 47.34 g; Sól: 6.74 g; Błonnik pokarmowy: 45.98 g;	Wartość en. [kcal]: 1870.31 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 65.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 251.62 g; suma cukrów prostych: 41.33 g; Sól: 6.37 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 113.75 g; Tłuszcz: 75.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 344.60 g; suma cukrów prostych: 64.90 g; Sól: 6.58 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;	Wartość en. [kcal]: 2452.03 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 84.36 g; Kw. tł. nasy.: 15.51 g; Węglowodany ogółem: 313.88 g; suma cukrów prostych: 73.77 g; Sól: 5.16 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2215.27 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 328.95 g; suma cukrów prostych: 107.24 g; Sól: 6.50 g; Błonnik pokarmowy: 16.60 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 Ubogogenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-09-19 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g Pasztet z kukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g Pasztet z kukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasztet z kukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasztet z kukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasztet z kukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku zmiaskowane 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg zmiaskowany z dżemem 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II ś			Sok owocowo-warzywny 200 ml	Sok owocowo-warzywny 200 ml			Koktajl bananowo-mleczny 200 ml (GLU, MLE)			Sok owocowo-warzywny 200 ml		
2025-09-19 piątek	Obiad	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza, smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 150 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Kotlet brokułowy 90 g (GLU, JAJ) Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Kotlet brokułowy 90 g (GLU, JAJ) Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morszczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Pastę z morszczuka 80 g (RYB) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Brokuly gotowane puree 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		
	P			Wafle ryżowe 3 szt	Wafle ryżowe wielozłazmiste 3 szt		Biskvity 5 szt (GLU, JAJ)				Biskvity 5 szt (GLU, JAJ)		
2025-09-19 piątek	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasztet drobiowy 50 g (GLU, JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Marchew baby gotowana 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Marchew baby gotowana 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 80 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 80 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 80 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pastę z soczewicy z marchewką 100 g Ogórek kiszony 80 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab benedyktyński zmiaskowany 60 g (SOJ) Marchew baby gotowana 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	ci	Salatka owocowa z jogurtem 135 g (MLE)		Salatka owocowa z jogurtem 135 g (MLE) Orzechy włoskie 15 g (ORZ)	Salatka owocowa z jogurtem 135 g (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 100 g (MLE)	Salatka owocowa z jogurtem 135 g (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Salatka owocowa z jogurtem 135 g (MLE)	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	
	Wartość en. [kcal]: 2589.93 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 83.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 370.50 g; suma cukrów prostych: 93.16 g; Sól: 8.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2363.98 kcal; Białko ogółem: 105.80 g; Tłuszcz: 58.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 365.24 g; suma cukrów prostych: 101.67 g; Sól: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;	Wartość en. [kcal]: 2488.89 kcal; Białko ogółem: 109.06 g; Tłuszcz: 49.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.27 g; Węglowodany ogółem: 416.56 g; suma cukrów prostych: 120.90 g; Sól: 4.76 g; Błonnik pokarmowy: 33.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2201.52 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 56.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.93 g; Węglowodany ogółem: 344.42 g; suma cukrów prostych: 94.70 g; Sól: 7.97 g; Błonnik pokarmowy: 40.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2576.73 kcal; Białko ogółem: 112.58 g; Tłuszcz: 61.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; Węglowodany ogółem: 408.35 g; suma cukrów prostych: 114.94 g; Sól: 4.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.09 g;	Wartość en. [kcal]: 2046.68 kcal; Białko ogółem: 95.80 g; Tłuszcz: 53.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 314.03 g; suma cukrów prostych: 58.70 g; Sól: 7.53 g; Błonnik pokarmowy: 42.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2110.66 kcal; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 60.18 g; Kw. tł. nasy.: 9.24 g; Węglowodany ogółem: 235.27 g; suma cukrów prostych: 55.49 g; Sól: 6.72 g; Błonnik pokarmowy: 46.49 g;	Wartość en. [kcal]: 1583.29 kcal; Białko ogółem: 85.55 g; Tłuszcz: 40.90 g; Kw. tł. nasy.: 13.26 g; Węglowodany ogółem: 235.27 g; suma cukrów prostych: 55.49 g; Sól: 6.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.50 g;	Wartość en. [kcal]: 2601.53 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.64 g; Węglowodany ogółem: 389.43 g; suma cukrów prostych: 116.51 g; Sól: 4.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2334.39 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.76 g; Węglowodany ogółem: 523.83 g; suma cukrów prostych: 63.91 g; Sól: 6.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g;	Wartość en. [kcal]: 2373.96 kcal; Białko ogółem: 62.79 g; Tłuszcz: 77.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 523.83 g; suma cukrów prostych: 87.84 g; Sól: 146.50 g; Błonnik pokarmowy: 76.07 g;	Wartość en. [kcal]: 2559.76 kcal; Białko ogółem: 133.17 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 356.26 g; suma cukrów prostych: 110.68 g; Sól: 4.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.09 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 zoł.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogogenerget.	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>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (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>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Marchew gotowana w plastrach 100 g Pomidor bezskóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (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 62% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Marchew gotowana w plastrach 100 g Pomidor bezskóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (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>) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (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>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Marchew gotowana w plastrach 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (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>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 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>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 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 (<i>MLE</i>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem 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>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Marchew gotowana w plastrach 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU</i>) Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wedliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<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>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Puree marchwiowe 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
II S			Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wedliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wedliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)		Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%(5g) z wedliną drobiową (30g) i pomidorem (20g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)		Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wedliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Kefir naturalny 200 ml (<i>MLE</i>)
Obiad	Botwina z ziemniakami 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Leczo drobiowe z papryką (mięso 80g, sos 150g) 230 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Botwina z ziemniakami 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml			Botwina z ziemniakami 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Leczo drobiowe z papryką (mięso 80g, sos 150g) 230 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Botwina z ziemniakami 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Botwina z ziemniakami 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Leczo drobiowe z papryką (mięso 80g, sos 150g) 230 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Botwina z ziemniakami 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Botwina z ziemniakami 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Botwina z ziemniakami 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Leczo z tofu z cukinią i sosem pomidorowym (w tym sos 80g, tofu 70g) 150 g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Botwina z ziemniakami 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Botwina z ziemniakami zmiksowana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (<i>GLU, SEL</i>) Puree ziemniaczane 200 g (<i>MLE</i>) Fasolka szparagowa gotowana zmiksowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
P			Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)			Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)		Wafle ryżowe 3 szt		Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)			Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)
Kolejacja	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Ćwikła z chrzanem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Ćwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml			Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Ćwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Ćwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Ćwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Ćwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Ćwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Ćwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Ćwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 80 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ćwikła z chrzanem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miodowa z indyka zmiksowana 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Buraki gotowane puree 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
CI	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)					Sok wielowarzywny 200 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)		Sok wielowarzywny 200 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)	
	Wartość en. [kcal]: 2566.61 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 99.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 333.72 g; suma cukrów prostychoy: 71.25 g; Sól: 9.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2784.63 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 108.10 g; Kw. tł. nasy.: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 362.32 g; suma cukrów prostychoy: 89.92 g; Sól: 7.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.36 g;	Wartość en. [kcal]: 3024.78 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 114.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.69 g; Węglowodany ogółem: 395.72 g; suma cukrów prostychoy: 91.92 g; Sól: 8.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2639.48 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz: 101.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 344.24 g; suma cukrów prostychoy: 80.70 g; Sól: 9.29 g; Błonnik pokarmowy: 33.66 g;	Wartość en. [kcal]: 2561.88 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 99.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.60 g; Węglowodany ogółem: 339.16 g; suma cukrów prostych: 82.46 g; Sól: 9.23 g; Błonnik pokarmowy: 42.78 g;	Wartość en. [kcal]: 3027.68 kcal; Białko ogółem: 115.70 g; Tłuszcz: 116.13 g; Kw. tł. nasy.: 40.28 g; Węglowodany ogółem: 395.66 g; suma cukrów prostychoy: 91.98 g; Sól: 8.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2586.72 kcal; Białko ogółem: 101.16 g; Tłuszcz: 105.26 g; Kw. tł. nasy.: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 331.09 g; suma cukrów prostychoy: 44.04 g; Sól: 9.94 g; Błonnik pokarmowy: 46.16 g;	Wartość en. [kcal]: 2525.82 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 102.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 330.38 g; suma cukrów prostych: 54.85 g; Sól: 11.18 g; Błonnik pokarmowy: 48.56 g;	Wartość en. [kcal]: 2325.54 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 103.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 274.49 g; suma cukrów prostych: 54.85 g; Sól: 9.21 g; Błonnik pokarmowy: 39.04 g;	Wartość en. [kcal]: 3027.68 kcal; Białko ogółem: 115.70 g; Tłuszcz: 116.13 g; Kw. tł. nasy.: 40.28 g; Węglowodany ogółem: 395.66 g; suma cukrów prostychoy: 71.69 g; Sól: 10.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2788.93 kcal; Białko ogółem: 100.02 g; Tłuszcz: 110.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 364.23 g; suma cukrów prostychoy: 75.05 g; Sól: 10.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.89 g;	Wartość en. [kcal]: 2321.59 kcal; Białko ogółem: 81.19 g; Tłuszcz: 76.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; suma cukrów prostych: 71.69 g; Sól: 7.54 g; Błonnik pokarmowy: 34.58 g;	Wartość en. [kcal]: 2565.69 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 84.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 337.10 g; suma cukrów prostychoy: 99.65 g; Sól: 6.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.39 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 zoł.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogogenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-09-21 niedziela	Śniadanie	Płatki żytnie z otrębami 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>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Ogórek świeży 100 g Papryka 50 g 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>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Sałata lodowa 10 g Dymna pieczona z ziołami 100 g 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>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Sałata lodowa 10 g Dymna pieczona z ziołami 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Ogórek świeży 100 g Papryka 50 g 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>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Sałata lodowa 10 g Dymna pieczona z ziołami 100 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>) Ogórek świeży 100 g Papryka 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>) Ogórek świeży 100 g Papryka 50 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (<i>GLU</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>) Ogórek świeży 100 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (<i>GLU, 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>) Sałata lodowa 10 g Dymna pieczona z ziołami 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>SEL</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Sałata lodowa 10 g Dymna pieczona z ziołami 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU</i>)	Płatki żytnie z otrębami 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>) Pasta z zielonego groszku 100 g Ogórek świeży 100 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki żytnie na mleku zmiaskowane 350 g (<i>GLU, 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>) Dymna pieczona puree 100 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			Biszkopity 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)			Sok owocowo-warzywny 200 ml
2025-09-21 niedziela	Obiad	Zupa grysikowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa grysikowa 250 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Burger warzywny 150 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Burger warzywny 150 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) zmiaskowane 240 g (<i>GLU</i>) Puree ziemniaczane 200 g (<i>MLE</i>) Buraczki wiórki z natką i olejem zmiaskowane 150 g Mus jabłkowy 100 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
	P		Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)		Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem roślinnym (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU</i>)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)		Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			
2025-09-21 niedziela	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>) 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>) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 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 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 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 zmiaskowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	ci			Sok pomidorowy 200 ml					Koktajl bananowo-mleczny z otrębami pszennymi 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Sok pomidorowy 200 ml			
	Wartość en. [kcal]: 2250.04 kcal; Białko ogółem: 86.09 g; Tłuszcz: 72.50 g; Kw. tł. nasyc.: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 331.67 g; suma cukrów prostych: 79.02 g; Sól: 7.79 g; Błonnik pokarmowy: 35.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2313.11 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasyc.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 340.30 g; suma cukrów prostych: 81.65 g; Sól: 7.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.75 g;	Wartość en. [kcal]: 2550.86 kcal; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasyc.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 385.60 g; suma cukrów prostych: 102.75 g; Sól: 8.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2139.94 kcal; Białko ogółem: 82.74 g; Tłuszcz: 62.77 g; Kw. tł. nasyc.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 318.43 g; suma cukrów prostych: 67.20 g; Sól: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.84 g;	Wartość en. [kcal]: 2111.54 kcal; Białko ogółem: 82.74 g; Tłuszcz: 61.63 g; Kw. tł. nasyc.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 329.11 g; suma cukrów prostych: 82.90 g; Sól: 7.11 g; Błonnik pokarmowy: 44.56 g;	Wartość en. [kcal]: 2581.76 kcal; Białko ogółem: 104.60 g; Tłuszcz: 76.62 g; Kw. tł. nasyc.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 385.66 g; suma cukrów prostych: 102.81 g; Sól: 8.17 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2148.29 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nasyc.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 315.28 g; suma cukrów prostych: 54.13 g; Sól: 8.00 g; Błonnik pokarmowy: 49.54 g;	Wartość en. [kcal]: 2091.59 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasyc.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 307.43 g; suma cukrów prostych: 45.90 g; Sól: 8.68 g; Błonnik pokarmowy: 49.54 g;	Wartość en. [kcal]: 1732.84 kcal; Białko ogółem: 76.28 g; Tłuszcz: 56.41 g; Kw. tł. nasyc.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 249.25 g; suma cukrów prostych: 57.00 g; Sól: 5.90 g; Błonnik pokarmowy: 37.57 g;	Wartość en. [kcal]: 2756.70 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 90.33 g; Kw. tł. nasyc.: 33.60 g; Węglowodany ogółem: 388.02 g; suma cukrów prostych: 92.48 g; Sól: 7.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.87 g;	Wartość en. [kcal]: 2229.33 kcal; Białko ogółem: 84.22 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasyc.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 325.53 g; suma cukrów prostych: 63.88 g; Sól: 7.22 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2322.16 kcal; Białko ogółem: 72.51 g; Tłuszcz: 73.12 g; Kw. tł. nasyc.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 365.37 g; suma cukrów prostych: 83.14 g; Sól: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 42.40 g;	Wartość en. [kcal]: 2512.97 kcal; Białko ogółem: 96.81 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasyc.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 375.86 g; suma cukrów prostych: 130.65 g; Sól: 7.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g;

2025-09-22 poniedziałek

	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
2025-09-23 wtorek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Ser topiony 30 g (MLE) Mix салат 20 g Rzodkiewka 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) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Twaróg 40 g (MLE) Mix салат 20 g Kukinia pieczona 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) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Twaróg 40 g (MLE) Mix салат 20 g Kukinia pieczona 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) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Twaróg 40 g (MLE) Mix салат 20 g Rzodkiewka 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) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Twaróg 40 g (MLE) Mix салат 20 g Rzodkiewka 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) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Twaróg 40 g (MLE) Mix салат 20 g Rzodkiewka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Twaróg 40 g (MLE) Mix салат 20 g Rzodkiewka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Mix салат 20 g Rzodkiewka 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Twaróg 40 g (MLE) Mix салат 20 g Rzodkiewka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 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 Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Mix салат 20 g Rzodkiewka 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Rzodkiewka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmięksowana 30 g Twarożek grani 40 g (MLE) Pomidor bez skóry zmięksowany 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II ś		Jabłko gotowane (150g) 1 szt		Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Surówka z marchwi z selerem i olejem 150 g (SEL)		Kefir naturalny 200 ml (MLE)		Mus jabłkowy 100 g			
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka Coleslaw 130 g (JAJ) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka Coleslaw 130 g (JAJ) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 250 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Tofu w sosie szpinakowym (sos 80g) 70 g (GLU, SOJ, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Marchew gotowana puree 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		
	P		Kisiel b/c 150 g		Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)		Kisiel 150 g				
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 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) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 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) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 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 Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Puree z selera i marchewki z olejem 100 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	Pi	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt Otreby pszenne 3 g (GLU) Orzechy włoskie 10 g (ORZ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt Otreby pszenne 3 g (GLU)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Koktajl z jabłka i napoju sojowego fortifikowanego wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Otreby pszenne 3 g (GLU)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Koktajl z jabłka i napoju sojowego fortifikowanego wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	
	Wartość en. [kcal]: 2308.65 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz: 75.82 g; Kw. tł. nasyc.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 317.94 g; suma cukrów prostych: 77.51 g; Sól: 7.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2504.59 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 81.82 g; Kw. tł. nasyc.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 336.45 g; suma cukrów prostych: 85.32 g; Sól: 5.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g;	Wartość en. [kcal]: 2442.94 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasyc.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 377.46 g; suma cukrów prostych: 114.99 g; Sól: 6.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2243.61 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasyc.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 322.50 g; suma cukrów prostych: 82.57 g; Sól: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 42.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2294.19 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 80.31 g; Kw. tł. nasyc.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 311.60 g; suma cukrów prostych: 77.34 g; Sól: 7.94 g; Błonnik pokarmowy: 39.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2633.58 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 81.88 g; Kw. tł. nasyc.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 367.06 g; suma cukrów prostych: 96.70 g; Sól: 6.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;	Wartość en. [kcal]: 2273.07 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 84.96 g; Kw. tł. nasyc.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 280.57 g; suma cukrów prostych: 46.70 g; Sól: 9.03 g; Błonnik pokarmowy: 48.97 g;	Wartość en. [kcal]: 2169.56 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 67.02 g; Kw. tł. nasyc.: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 280.57 g; suma cukrów prostych: 31.02 g; Sól: 9.76 g; Błonnik pokarmowy: 51.68 g;	Wartość en. [kcal]: 1698.52 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 67.02 g; Kw. tł. nasyc.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 321.92 g; suma cukrów prostych: 38.39 g; Sól: 5.82 g; Błonnik pokarmowy: 40.98 g;	Wartość en. [kcal]: 2678.80 kcal; Białko ogółem: 135.59 g; Tłuszcz: 76.88 g; Kw. tł. nasyc.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 300.24 g; suma cukrów prostych: 94.65 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2119.83 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz: 69.42 g; Kw. tł. nasyc.: 12.72 g; Węglowodany ogółem: 300.24 g; suma cukrów prostych: 55.76 g; Sól: 8.05 g; Błonnik pokarmowy: 35.64 g;	Wartość en. [kcal]: 2253.61 kcal; Białko ogółem: 79.50 g; Tłuszcz: 79.33 g; Kw. tł. nasyc.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 321.92 g; suma cukrów prostych: 79.26 g; Sól: 6.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2522.98 kcal; Białko ogółem: 107.81 g; Tłuszcz: 72.43 g; Kw. tł. nasyc.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 373.56 g; suma cukrów prostych: 133.11 g; Sól: 6.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 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 żół.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzykowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-09-24 środa	Śniadanie	Płatki 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) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Schab pieczony 30 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Marchew gotowana w plasterach 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Marchew gotowana w plasterach 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Ogórek świeży 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Ogórek świeży 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Ogórek świeży 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab pieczony 30 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Schab pieczony 30 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Marchew gotowana w plasterach 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab pieczony 60 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki 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) Pasta z czerwonej fasoli 100 g Ogórek świeży 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym zmkisowana 350 ml (SEL) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony zmkisowany 60 g (SOJ) Marchew gotowana w plasterach 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Kiwi (100g) 1 szt	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)
Obiad	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Śliwka 100 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Banan (120g) 1 szt Orzechy włoskie 10 g (ORZ) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Śliwka 100 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 150 g (GLU) Śliwka 100 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Kalafiorowa 250 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 150 g (GLU) Śliwka 100 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Kotlet sojowy 90 g (GLU, SOJ) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Śliwka 100 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa zmkisowana 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) zmkisowany 240 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana puree 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
	P		Kisiel 150 g		Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g		Galaretka owocowa 150 g		Kisiel 150 g			
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pomidor bezskóry 50 g Roszponka 10 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pomidor bezskóry 50 g Roszponka 10 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pomidor bezskóry 50 g Roszponka 10 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pomidor bezskóry 50 g Roszponka 10 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Jabłko (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) Serek wiejski 80 g (MLE) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Poledwica drobiowa zmkisowana 30 g (GLU, SOJ) Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	CI	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Kiwi (100g) 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Salatka z brokula got. z dipem pomidorowo-bazyliowym 150 g	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	
	Wartość en. [kcal]: 2434.49 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 389.22 g; suma cukrów prostych: 87.63 g; Sol: 6.50 g; Błonnik pokarmowy: 46.21 g;	Wartość en. [kcal]: 2628.60 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 68.61 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 416.21 g; suma cukrów prostych: 111.16 g; Sol: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 36.32 g;	Wartość en. [kcal]: 2726.20 kcal; Białko ogółem: 121.91 g; Tłuszcz: 68.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 435.08 g; suma cukrów prostych: 125.57 g; Sol: 5.81 g; Błonnik pokarmowy: 36.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2430.64 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 399.08 g; suma cukrów prostych: 111.80 g; Sol: 6.39 g; Błonnik pokarmowy: 58.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2222.75 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 352.80 g; suma cukrów prostych: 69.62 g; Sol: 6.38 g; Błonnik pokarmowy: 56.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2757.10 kcal; Białko ogółem: 121.99 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 319.25 g; suma cukrów prostych: 125.63 g; Sol: 5.79 g; Błonnik pokarmowy: 36.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2170.21 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 58.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 326.98 g; suma cukrów prostych: 66.61 g; Sol: 4.93 g; Błonnik pokarmowy: 44.65 g;	Wartość en. [kcal]: 1951.13 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 48.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.25 g; Węglowodany ogółem: 266.78 g; suma cukrów prostych: 67.92 g; Sol: 4.93 g; Błonnik pokarmowy: 51.00 g;	Wartość en. [kcal]: 1783.25 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 50.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 266.78 g; suma cukrów prostych: 51.87 g; Sol: 5.31 g; Błonnik pokarmowy: 44.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2728.00 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 406.04 g; suma cukrów prostych: 110.03 g; Sol: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2344.99 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.39 g; Węglowodany ogółem: 340.80 g; suma cukrów prostych: 70.95 g; Sol: 5.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2687.45 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; Tłuszcz: 70.10 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 412.46 g; suma cukrów prostych: 82.58 g; Sol: 6.80 g; Błonnik pokarmowy: 65.53 g;	Wartość en. [kcal]: 2578.16 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 68.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 394.21 g; suma cukrów prostych: 112.50 g; Sol: 5.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 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 zoł.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzykowa bezmleczna	1 DP Ubogogenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-09-25 czwartek	Śniadanie	Kasza kuskus 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>) Poledwica sopocka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Ser żółty 30 g (<i>MLE</i>) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza kuskus na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica sopocka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twaróg 40 g (<i>MLE</i>) Dymna pieczona z ziołami 50 g Pomidor bezskóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza kuskus na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna 62% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica sopocka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twaróg 40 g (<i>MLE</i>) Dymna pieczona z ziołami 50 g Pomidor bezskóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza kuskus 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>) Poledwica sopocka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twaróg 40 g (<i>MLE</i>) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza kuskus na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica sopocka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twaróg 40 g (<i>MLE</i>) Dymna pieczona z ziołami 50 g Pomidor bezskóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza kuskus na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica sopocka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twaróg 40 g (<i>MLE</i>) Dymna pieczona z ziołami 50 g Pomidor bezskóry 50 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>GLU</i>) Masło roślinne 15 g (<i>GLU</i>) Poledwica sopocka 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (<i>GLU</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g (<i>GLU</i>) Poledwica sopocka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twaróg 40 g (<i>MLE</i>) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g (<i>GLU</i>) Poledwica sopocka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twaróg 40 g (<i>MLE</i>) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza kuskus na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica sopocka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twaróg 40 g (<i>MLE</i>) Dymna pieczona z ziołami 50 g Pomidor bezskóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g (<i>GLU</i>) Poledwica sopocka 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU</i>)	Kasza kuskus 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>) Masło roślinne 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica sopocka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Ogórek kiszony 50 g Ser żółty 50 g (<i>MLE</i>) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza kuskus na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica sopocka zmkisowana 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Puree z dyni 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
	II ś			Sok marchwiowy 200 ml				Sok pomidorowy 200 ml			Sok marchwiowy 200 ml Biszkopły 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)			Sok marchwiowy 200 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Morela 100 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Morela 100 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan (120g) 0,5 szt	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Morela 100 g	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Morela 100 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan (120g) 0,5 szt	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml Morela 100 g	Zupa ziemniaczana 250 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Morela 100 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan (120g) 0,5 szt	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Morela 100 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Gulasz z tofu i włoszczyzny gotowany (tofu 70g, sos 100g) 150 g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Morela 100 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Morela 100 g	Zupa ziemniaczana zmkisowana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy zmkisowany 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Puree ziemniaczane 200 g (<i>MLE</i>) Brokolki gotowane puree 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Puree bananowe 60 g
	P			Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)				Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)			Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)			Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)
	Kolejacja	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Galaretką drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 80 g (<i>GLU, JAJ</i>) Jabłko (150g) 1 szt Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękką 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miodowa z indyka zmkisowana 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	ś	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)							Sok wielowarzywny 200 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)	
		Wartość en. [kcal]: 2352.33 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw. tł. nasyc.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 338.67 g; suma cukrów prostych: 78.16 g; Sól: 6.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2288.05 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 63.63 g; Kw. tł. nasyc.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; suma cukrów prostych: 80.59 g; Sól: 4.98 g; Błonnik pokarmowy: 22.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2461.64 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 55.56 g; Kw. tł. nasyc.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 329.74 g; suma cukrów prostych: 76.31 g; Sól: 5.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2155.83 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 56.06 g; Kw. tł. nasyc.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 335.16 g; suma cukrów prostych: 76.31 g; Sól: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2261.03 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; Tłuszcz: 67.46 g; Kw. tł. nasyc.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 335.16 g; suma cukrów prostych: 81.17 g; Sól: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.07 g;	Wartość en. [kcal]: 2496.24 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 67.38 g; Kw. tł. nasyc.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 378.82 g; suma cukrów prostych: 98.27 g; Sól: 6.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g;	Wartość en. [kcal]: 2213.57 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 73.18 g; Kw. tł. nasyc.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 313.36 g; suma cukrów prostych: 48.25 g; Sól: 8.26 g; Błonnik pokarmowy: 46.54 g;	Wartość en. [kcal]: 2137.37 kcal; Białko ogółem: 91.23 g; Tłuszcz: 69.79 g; Kw. tł. nasyc.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 311.44 g; suma cukrów prostych: 45.17 g; Sól: 9.92 g; Błonnik pokarmowy: 48.94 g;	Wartość en. [kcal]: 1625.65 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz: 50.12 g; Kw. tł. nasyc.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 231.78 g; suma cukrów prostych: 53.34 g; Sól: 6.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2170.33 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 61.39 g; Kw. tł. nasyc.: 13.15 g; Węglowodany ogółem: 332.63 g; suma cukrów prostych: 68.77 g; Sól: 7.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;	Wartość en. [kcal]: 2170.33 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 61.39 g; Kw. tł. nasyc.: 13.15 g; Węglowodany ogółem: 332.63 g; suma cukrów prostych: 68.77 g; Sól: 7.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;	Wartość en. [kcal]: 2381.16 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz: 86.80 g; Kw. tł. nasyc.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 337.90 g; suma cukrów prostych: 77.05 g; Sól: 6.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g;	Wartość en. [kcal]: 2408.70 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 56.45 g; Kw. tł. nasyc.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 384.07 g; suma cukrów prostych: 126.40 g; Sól: 6.48 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 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 Ubogogenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 100 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 bez skóry 100 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%tł. 15 g (MLE) Pasta z białek jaj z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pasta z białek jaj z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 100 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 100 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 100 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) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 100 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 100 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 100 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) 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 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) 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 100 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 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 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 100 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		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)				Mus jabłkowy 100 g
Obiad	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Sliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Sliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Sliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 250 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Sliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Sliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Sliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Pierogi leniwe z masłem i bułką 250 g (GLU, MLE) Sliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Pierogi leniwe z masłem i bułką 250 g (GLU, MLE) Sliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze zmkisowany 90 g (RYB) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Warzywa po grecku zmkisowane 150 g (SEL) Puree bananowe 60 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
P			Sok marchwiowy 200 ml			Sok wielowarzywny 200 ml				Sok marchwiowy 200 ml			Sok marchwiowy 200 ml
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Ser topiony 30 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Roszponka 20 g Ogórek świeży 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, 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) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Roszponka 20 g Ogórek świeży 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Roszponka 20 g Ogórek świeży 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek wiejski 40 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) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Roszponka 20 g Ogórek świeży 100 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Hummus 80 g Roszponka 20 g Ogórek świeży 100 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek wiejski 40 g (MLE) Roszponka 20 g Ogórek świeży 100 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek wiejski 40 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 Hummus 80 g Roszponka 20 g Ogórek świeży 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Hummus 80 g Roszponka 20 g Ogórek świeży 100 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	
ci	Wafle ryżowe 3 szt							Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Wafle ryżowe 3 szt	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (MLE)	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Wafle ryżowe 3 szt	Koktajl bananowo-mleczny 200 ml (GLU, MLE)
	Wartość en. [kcal]: 2171.42 kcal; Białko ogółem: 82.44 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasyc.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 306.67 g; suma cukrów prostych: 65.63 g; Sól: 6.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2402.56 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasyc.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 350.19 g; suma cukrów prostych: 96.97 g; Sól: 5.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;	Wartość en. [kcal]: 2481.41 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 68.55 g; Kw. tł. nasyc.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 386.10 g; suma cukrów prostych: 127.33 g; Sól: 5.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g;	Wartość en. [kcal]: 2118.32 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 66.76 g; Kw. tł. nasyc.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 307.69 g; suma cukrów prostych: 66.59 g; Sól: 6.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2069.70 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 68.61 g; Kw. tł. nasyc.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 302.65 g; suma cukrów prostych: 68.41 g; Sól: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.98 g;	Wartość en. [kcal]: 2511.31 kcal; Białko ogółem: 87.95 g; Tłuszcz: 77.39 g; Kw. tł. nasyc.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 374.84 g; suma cukrów prostych: 115.99 g; Sól: 7.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;	Wartość en. [kcal]: 1958.67 kcal; Białko ogółem: 74.79 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw. tł. nasyc.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 287.58 g; suma cukrów prostych: 47.69 g; Sól: 7.30 g; Błonnik pokarmowy: 42.57 g;	Wartość en. [kcal]: 1991.76 kcal; Białko ogółem: 71.93 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kw. tł. nasyc.: 13.03 g; Węglowodany ogółem: 273.59 g; suma cukrów prostych: 48.24 g; Sól: 6.78 g; Błonnik pokarmowy: 46.28 g;	Wartość en. [kcal]: 1604.38 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz: 55.55 g; Kw. tł. nasyc.: 16.45 g; Węglowodany ogółem: 225.12 g; suma cukrów prostych: 37.15 g; Sól: 4.97 g; Błonnik pokarmowy: 33.28 g;	Wartość en. [kcal]: 2622.01 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 83.92 g; Kw. tł. nasyc.: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 375.33 g; suma cukrów prostych: 138.28 g; Sól: 6.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;	Wartość en. [kcal]: 2213.71 kcal; Białko ogółem: 76.22 g; Tłuszcz: 79.38 g; Kw. tł. nasyc.: 13.28 g; Węglowodany ogółem: 310.67 g; suma cukrów prostych: 59.05 g; Sól: 5.36 g; Błonnik pokarmowy: 34.69 g;	Wartość en. [kcal]: 2176.71 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 77.13 g; Kw. tł. nasyc.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 287.26 g; suma cukrów prostych: 74.92 g; Sól: 4.85 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g;	Wartość en. [kcal]: 2376.10 kcal; Białko ogółem: 86.61 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tł. nasyc.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 341.91 g; suma cukrów prostych: 163.50 g; Sól: 5.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.25 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 żół.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoneerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-09-27 sobota	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) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Cwikła z jabłkiem 50 g Salata (2 liście) 20 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) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 50 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 50 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 50 g Salata (2 liście) 20 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) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 50 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 50 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SOJ) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 50 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 50 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 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) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem 50 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Cwikła z jabłkiem 50 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Cwikła z jabłkiem 50 g Salata (2 liście) 20 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) Poledwica drobiowa zmkisowana 60 g (GLU, SOJ) Cwikła z jabłkiem puree 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	
	II ś		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		
	Obiad	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Arbuz 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Brokuły gotowane 150 g Arbuz 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Arbuz 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Arbuz 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Arbuz 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 250 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Arbuz 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 250 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Arbuz 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Arbuz 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Klopsiki z soczewicy z warzywami 100 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Brokuły gotowane 150 g Arbuz 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Klopsiki z soczewicy z warzywami 100 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Brokuły gotowane 150 g Arbuz 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Brokuły gotowane 150 g Arbuz 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		
	P		Sok marchwiowy 200 ml		Sok marchwiowy 200 ml	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)		Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)		Sok marchwiowy 200 ml				
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 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 bezskóry 50 g Rukola 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) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 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) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 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 bezskóry 50 g Rukola 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) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SOJ) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 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 bezskóry 50 g Rukola 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SOJ) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 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) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 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 bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	Ph	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)						Wafle ryżowe wielozłaziaste 3 szt			Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	
	Wartość en. [kcal]: 2549.26 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; Tłuszcz: 79.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 368.47 g; suma cukrów prostych: 81.56 g; Sol: 5.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.56 g;	Wartość en. [kcal]: 2543.43 kcal; Białko ogółem: 109.98 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 364.82 g; suma cukrów prostych: 84.55 g; Sol: 5.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2606.88 kcal; Białko ogółem: 116.75 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 396.53 g; suma cukrów prostych: 109.76 g; Sol: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2414.96 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 69.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 350.08 g; suma cukrów prostych: 81.14 g; Sol: 5.83 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2365.36 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 70.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 396.72 g; suma cukrów prostych: 82.90 g; Sol: 5.84 g; Błonnik pokarmowy: 41.98 g;	Wartość en. [kcal]: 2723.43 kcal; Białko ogółem: 117.23 g; Tłuszcz: 80.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 348.03 g; suma cukrów prostych: 110.65 g; Sol: 5.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g;	Wartość en. [kcal]: 2366.56 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 328.87 g; suma cukrów prostych: 33.79 g; Sol: 7.17 g; Błonnik pokarmowy: 45.90 g;	Wartość en. [kcal]: 2313.66 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 328.87 g; suma cukrów prostych: 33.79 g; Sol: 7.82 g; Błonnik pokarmowy: 48.27 g;	Wartość en. [kcal]: 1840.92 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Tłuszcz: 47.10 g; Kw. tł. nasy.: 15.59 g; Węglowodany ogółem: 277.19 g; suma cukrów prostych: 46.13 g; Sol: 5.00 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g;	Wartość en. [kcal]: 2790.08 kcal; Białko ogółem: 125.51 g; Tłuszcz: 86.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 391.47 g; suma cukrów prostych: 64.04 g; Sol: 5.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.28 g;	Wartość en. [kcal]: 2361.10 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 78.51 g; Kw. tł. nasy.: 13.10 g; Węglowodany ogółem: 332.32 g; suma cukrów prostych: 64.04 g; Sol: 5.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.28 g;	Wartość en. [kcal]: 2551.68 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 80.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 373.63 g; suma cukrów prostych: 82.63 g; Sol: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g;	Wartość en. [kcal]: 2616.81 kcal; Białko ogółem: 115.98 g; Tłuszcz: 80.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 369.58 g; suma cukrów prostych: 108.14 g; Sol: 5.88 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 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 zoł.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoneget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-09-28 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g 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) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g 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 Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU) Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z soczewicy z marchewką 100 g Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku zmkisowana 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g 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			Kefir naturalny 200 ml (MLE)			Mus jabłkowy 100 g
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy panierowany 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Mizeria 150 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Kiwi (100g) 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banana (120g) 0,5 szt	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Kiwi (100g) 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banana (120g) 0,5 szt	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml Kiwi (100g) 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml Kiwi (100g) 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml Kiwi (100g) 1 szt	Rosół z makaronem 250 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 150 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml Kiwi (100g) 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banana (120g) 0,5 szt	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z sosenem vinegret 40 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Kiwi (100g) 1 szt	Rosół jarski z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Tofu w sosie szpinakowym (sos 80g) 70 g (GLU, SOJ, SEL) Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Kiwi (100g) 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banana puree 0,5 szt
	P		Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)			Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)			Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)			Puree warzywne 150 g
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ser żółty 50 g (MLE) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka zmkisowana 60 g (SOJ, SEL) Salatka jarzynowa z jaskiem i jabłkiem zmkisowana 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml
	PI	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Otreby pszenne 3 g (GLU) Orzechy włoskie 10 g (ORZ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Otreby pszenne 3 g (GLU)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Koktajl z jabłka i napoju sojowego fortyfikowanego wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Otreby pszenne 3 g (GLU)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Koktajl z jabłka i napoju sojowego fortyfikowanego wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
		Wartość en. [kcal]: 2306.91 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 68.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 339.26 g; suma cukrów prostych: 75.92 g; Sól: 7.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g;	Wartość en. [kcal]: 2287.25 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 338.58 g; suma cukrów prostych: 77.64 g; Sól: 8.28 g; Błonnik pokarmowy: 20.04 g;	Wartość en. [kcal]: 2371.81 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 369.33 g; suma cukrów prostych: 89.02 g; Sól: 10.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.01 g;	Wartość en. [kcal]: 2113.89 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 60.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 326.56 g; suma cukrów prostych: 75.23 g; Sól: 8.65 g; Błonnik pokarmowy: 39.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2498.65 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 101.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; suma cukrów prostych: 89.02 g; Sól: 9.31 g; Błonnik pokarmowy: 22.90 g;	Wartość en. [kcal]: 2078.95 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 65.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 306.88 g; suma cukrów prostych: 47.07 g; Sól: 9.83 g; Błonnik pokarmowy: 43.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2319.01 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; Tłuszcz: 85.15 g; Kw. tł. nasy.: 14.36 g; Węglowodany ogółem: 305.55 g; suma cukrów prostych: 42.96 g; Sól: 10.20 g; Błonnik pokarmowy: 49.66 g;	Wartość en. [kcal]: 1560.76 kcal; Białko ogółem: 71.34 g; Tłuszcz: 50.53 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 221.62 g; suma cukrów prostych: 43.31 g; Sól: 7.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2543.90 kcal; Białko ogółem: 86.56 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; Węglowodany ogółem: 339.75 g; suma cukrów prostych: 86.60 g; Sól: 9.49 g; Błonnik pokarmowy: 20.71 g;	Wartość en. [kcal]: 2221.66 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; Węglowodany ogółem: 320.95 g; suma cukrów prostych: 60.63 g; Sól: 8.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.11 g;	Wartość en. [kcal]: 2341.59 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz: 82.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; Węglowodany ogółem: 339.75 g; suma cukrów prostych: 76.32 g; Sól: 5.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g;	Wartość en. [kcal]: 2448.91 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 75.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 358.79 g; suma cukrów prostych: 113.48 g; Sól: 8.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten,
SKR - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzechy ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne,
ORZ - Orzechy,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,

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,