

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-10-13 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 bez skóry 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) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (SEL) Ogórek świeży 80 g Cukinia pieczona 80 g Pomidor bez skóry 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 bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 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 bez skóry 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 zmkisowana 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				
Obiad	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 250 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 250 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokulowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree z marchwi 100 g Kompot wieloowocowy (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		Banan (120g) 1 szt		Puree bananowe 60 g			
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Rzodkiewka plastry 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka plastry 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Rzodkiewka plastry 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka plastry 50 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 plastry 50 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 plastry 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 plastry 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 plastry 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) Serek topiony 50 g (MLE) Rzodkiewka plastry 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 zmkisowana 60 g Puree z selera 80 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	
Ph	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt
	Wartość en. [kcal]: 2285.40 kcal; Białko ogółem: 110.50 g; Tłuszcz: 83.96 g; Kw. tł. nasy.: 39.16 g; Węglowodany ogółem: 286.99 g; suma cukrów prostych: 98.22 g; Sól: 5.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2340.52 kcal; Białko ogółem: 128.49 g; Tłuszcz: 77.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 295.99 g; suma cukrów prostych: 102.88 g; Sól: 5.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2465.24 kcal; Białko ogółem: 121.27 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 354.34 g; suma cukrów prostych: 115.44 g; Sól: 6.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2130.10 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 63.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 308.05 g; suma cukrów prostych: 85.83 g; Sól: 6.73 g; Błonnik pokarmowy: 43.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2235.80 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 84.44 g; Kw. tł. nasy.: 39.16 g; Węglowodany ogółem: 282.03 g; suma cukrów prostych: 99.98 g; Sól: 5.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.80 g;	Wartość en. [kcal]: 2427.11 kcal; Białko ogółem: 129.68 g; Tłuszcz: 70.97 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 326.74 g; suma cukrów prostych: 127.61 g; Sól: 5.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2087.36 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 306.25 g; suma cukrów prostych: 72.32 g; Sól: 6.24 g; Błonnik pokarmowy: 44.60 g;	Wartość en. [kcal]: 2002.46 kcal; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 65.76 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; Węglowodany ogółem: 287.84 g; suma cukrów prostych: 53.42 g; Sól: 6.38 g; Błonnik pokarmowy: 47.00 g;	Wartość en. [kcal]: 1795.55 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 257.84 g; suma cukrów prostych: 62.87 g; Sól: 5.48 g; Błonnik pokarmowy: 36.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2569.64 kcal; Białko ogółem: 123.13 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; suma cukrów prostych: 113.62 g; Sól: 6.30 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 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: 61.11 g; Sól: 5.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2285.40 kcal; Białko ogółem: 110.50 g; Tłuszcz: 83.96 g; Kw. tł. nasy.: 39.16 g; Węglowodany ogółem: 286.99 g; suma cukrów prostych: 98.22 g; Sól: 5.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2363.58 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 79.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 312.50 g; suma cukrów prostych: 102.26 g; Sól: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 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 beztłuszczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Beztłuszczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
Śniadanie	Kasza jęczmienna 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>) Pieczeń myśliwska 60 g (<i>SOJ</i>) Cwikła z chrzanem 100 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła 100 g Banan (120g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła 100 g Banan (120g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła 100 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pieczeń myśliwska 60 g (<i>SOJ</i>) Cwikła 100 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła 100 g Banan (120g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła z chrzanem 100 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła 100 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Pieczeń myśliwska 60 g (<i>SOJ</i>) Cwikła 100 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła 100 g Banan (120g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna 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 drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła 100 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna 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 drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła z chrzanem 100 g Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku zmiksowana 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa zmiksowana 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Banan puree 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
II ś			Sok pomidorowy 200 ml				Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)			Sok pomidorowy 200 ml
Obiad	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (<i>SEL</i>) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (<i>SEL</i>) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml						Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (<i>SEL</i>) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (<i>SEL</i>) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (<i>SEL</i>) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (<i>SEL</i>) Ziemniaki 150 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (<i>SEL</i>) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (<i>SEL</i>) Ziemniaki 100 g Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Salata (2 liście) 20 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (<i>SEL</i>) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (<i>SEL</i>) Ziemniaki 180 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (<i>SEL</i>) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (<i>SEL</i>) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (<i>SEL</i>) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (<i>SEL</i>) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (<i>SEL</i>) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (<i>SEL</i>) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
P			Budyń 150 g			Budyń 150 g (<i>MLE</i>)	Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i papryki 150 g			Budyń 150 g (<i>MLE</i>)			Budyń 150 g (<i>MLE</i>)
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Salata (2 liście) 20 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Salata (2 liście) 20 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Salata (2 liście) 20 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Salata (2 liście) 20 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Salata (2 liście) 20 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Galearetka drobiowa z warzywami 150 g (<i>SEL</i>) Salata (2 liście) 20 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Salata (2 liście) 20 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (<i>MLE</i>) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Salata (2 liście) 20 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Salata (2 liście) 20 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Salata (2 liście) 20 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Salata (2 liście) 20 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml
PI	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>) Otręby pszenne 3g (<i>GLU</i>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>) Otręby pszenne 2g (<i>GLU</i>)	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)		Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	
	Wartość en. [kcal]: 2345.94 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 352.65 g; suma cukrów prostych: 93.09 g; Sól: 6.20 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;	Wartość en. [kcal]: 2388.17 kcal; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 66.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 355.64 g; suma cukrów prostych: 103.37 g; Sól: 6.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2446.54 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 63.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 376.11 g; suma cukrów prostych: 111.83 g; Sól: 7.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;	Wartość en. [kcal]: 2145.65 kcal; Białko ogółem: 93.72 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 337.60 g; suma cukrów prostych: 95.75 g; Sól: 6.89 g; Błonnik pokarmowy: 43.66 g;	Wartość en. [kcal]: 2310.85 kcal; Białko ogółem: 92.88 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 351.05 g; suma cukrów prostych: 96.23 g; Sól: 6.23 g; Błonnik pokarmowy: 44.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2575.22 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 389.15 g; suma cukrów prostych: 127.32 g; Sól: 7.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g;	Wartość en. [kcal]: 1977.22 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 65.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 276.89 g; suma cukrów prostych: 54.65 g; Sól: 7.75 g; Błonnik pokarmowy: 45.12 g;	Wartość en. [kcal]: 1977.22 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 275.52 g; suma cukrów prostych: 53.33 g; Sól: 6.76 g; Błonnik pokarmowy: 48.01 g;	Wartość en. [kcal]: 1717.34 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 240.09 g; suma cukrów prostych: 52.10 g; Sól: 6.23 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2684.97 kcal; Białko ogółem: 109.86 g; Tłuszcz: 78.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 343.69 g; suma cukrów prostych: 87.18 g; Sól: 6.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g;	Wartość en. [kcal]: 2338.26 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 70.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.40 g; Węglowodany ogółem: 350.43 g; suma cukrów prostych: 94.94 g; Sól: 5.47 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2320.29 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 350.43 g; suma cukrów prostych: 94.94 g; Sól: 5.47 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2510.58 kcal; Białko ogółem: 105.25 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 380.88 g; suma cukrów prostych: 142.01 g; Sól: 7.29 g; Błonnik pokarmowy: 21.98 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata	
2025-10-15 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 mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Marchew gotowana w plasterach 80 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Marchew gotowana w plasterach 80 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (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 z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Papryka 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) 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 mlekiem 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 mlekiem 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 mlekiem 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 mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (JAJ, RYB, SEL) Marchew gotowana w plasterach 80 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (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 (JAJ, 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 warzyw i sera żółtego 100 g Papryka 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Marchew gotowana puree 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)	
2025-10-15 środa	Obiad	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 (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (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) Kompot wielooowocowy (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) Orzechy włoskie 10 g (ORZ) Ogórek kiszony 150 g Kompot wielooowocowy (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 (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (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 (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (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) Ogórek kiszony 150 g Kompot wielooowocowy (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) Ogórek kiszony 150 g Kompot wielooowocowy (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 (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Sos pieczarkowy 100 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Sos pieczarkowy 100 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (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 (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (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 (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 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		Galaretką owocową 150 g		Kisiel 150 g				
2025-10-15 środa	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (POM) 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 100 g (MLE) Pomidor bezskóry 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 100 g (MLE) Pomidor bezskóry 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 100 g (MLE) Pomidor bezskóry 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 100 g (MLE) Pomidor bezskóry 50 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica 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 Poledwica 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 100 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 100 g (MLE) Pomidor bezskóry 50 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 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 100 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 100 g (MLE) Mus jabłkowy 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	Pi	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)			Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)
2025-10-15 środa		Wartość en. [kcal]: 2545.48 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 88.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 360.75 g; suma cukrów prostych: 77.54 g; Sól: 7.90 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 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]: 2690.04 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 404.97 g; suma cukrów prostych: 101.84 g; Sól: 5.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;	Wartość en. [kcal]: 2390.94 kcal; Białko ogółem: 86.57 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 351.39 g; suma cukrów prostych: 65.66 g; Sól: 7.86 g; Błonnik pokarmowy: 43.80 g;	Wartość en. [kcal]: 2338.68 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 337.79 g; suma cukrów prostych: 65.66 g; Sól: 5.34 g; Błonnik pokarmowy: 46.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2810.94 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 340.24 g; suma cukrów prostych: 71.10 g; Sól: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 43.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2361.52 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 81.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 340.24 g; suma cukrów prostych: 71.10 g; Sól: 5.54 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]: 1930.48 kcal; Białko ogółem: 80.44 g; Tłuszcz: 69.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.29 g; Węglowodany ogółem: 262.15 g; suma cukrów prostych: 46.10 g; Sól: 7.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.78 g;	Wartość en. [kcal]: 2764.44 kcal; Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 91.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; suma cukrów prostych: 66.54 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2558.92 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 92.63 g; Kw. tł. nasy.: 14.86 g; Węglowodany ogółem: 386.73 g; suma cukrów prostych: 80.12 g; Sól: 6.58 g; Błonnik pokarmowy: 45.50 g;	Wartość en. [kcal]: 2460.62 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 386.73 g; suma cukrów prostych: 80.12 g; Sól: 6.58 g; Błonnik pokarmowy: 45.50 g;	Wartość en. [kcal]: 2741.77 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 391.07 g; suma cukrów prostych: 130.61 g; Sól: 5.75 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 zół.	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	
2025-10-16 czwartek	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) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Cukinia pieczona 80 g Pomidor bez skóry 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 bez skóry 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) 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) 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 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 Kawa zbożowa 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) Hummus 50 g 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) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Hummus 50 g 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) Zmiksowana 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82%tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka zmiksowany 60 g (GLU, SOJ) Pomidor zmiksowany 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	
2025-10-16 czwartek	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 130 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 130 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 130 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, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 130 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, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Naleśniki z serem 2 szt Naleśniki z serem 2 szt Zmiksowany 90 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Mus jabłkowy 100 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z indyka zmiksowany 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		
2025-10-16 czwartek	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 (salata, 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 (salata, 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 (salata, 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 (salata, 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 (salata, 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 (salata, pomidor, ser biały, 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 (salata, 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 (salata, pomidor, 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 (salata, 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) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 80 g (GLU, JAJ) Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmiksowana 60 g Puree z brokuła 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmiksowana 60 g Puree z brokuła 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	☼	Biszkopty 5szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe 3 szt	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Wafle ryżowe 3 szt	Galaretka owocowa 150 g	Wafle ryżowe 3 szt	Biszkopty 5szt (GLU, JAJ)				
	Wartość en. [kcal]: 2198.80 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 77.90 g; Kw. tł. nasyc.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 310.12 g; suma cukrów prostych: 73.46 g; Sól: 6.78 g; Błonnik pokarmowy: 31.19 g;	Wartość en. [kcal]: 2536.30 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 92.47 g; Kw. tł. nasyc.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 333.69 g; suma cukrów prostych: 78.73 g; Sól: 6.80 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g;	Wartość en. [kcal]: 2475.90 kcal; Białko ogółem: 112.64 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasyc.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 383.39 g; suma cukrów prostych: 106.20 g; Sól: 7.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;	Wartość en. [kcal]: 2401.45 kcal; Białko ogółem: 98.33 g; Tłuszcz: 83.16 g; Kw. tł. nasyc.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 335.23 g; suma cukrów prostych: 75.73 g; Sól: 7.21 g; Błonnik pokarmowy: 41.19 g;	Wartość en. [kcal]: 2360.95 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 79.02 g; Kw. tł. nasyc.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 339.24 g; suma cukrów prostych: 75.63 g; Sól: 7.16 g; Błonnik pokarmowy: 42.54 g;	Wartość en. [kcal]: 2564.38 kcal; Białko ogółem: 113.02 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasyc.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 365.30 g; suma cukrów prostych: 106.27 g; Sól: 7.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2231.52 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw. tł. nasyc.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 315.74 g; suma cukrów prostych: 47.98 g; Sól: 7.22 g; Błonnik pokarmowy: 44.12 g;	Wartość en. [kcal]: 2157.37 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw. tł. nasyc.: 13.02 g; Węglowodany ogółem: 313.68 g; suma cukrów prostych: 47.98 g; Sól: 6.77 g; Błonnik pokarmowy: 46.31 g;	Wartość en. [kcal]: 1878.66 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasyc.: 16.16 g; Węglowodany ogółem: 252.60 g; suma cukrów prostych: 41.97 g; Sól: 6.40 g; Błonnik pokarmowy: 35.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2503.27 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 76.39 g; Kw. tł. nasyc.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 353.44 g; suma cukrów prostych: 99.87 g; Sól: 7.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g;	Wartość en. [kcal]: 2460.37 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 86.04 g; Kw. tł. nasyc.: 15.55 g; Węglowodany ogółem: 345.58 g; suma cukrów prostych: 65.55 g; Sól: 6.60 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g;	Wartość en. [kcal]: 2352.06 kcal; Białko ogółem: 74.89 g; Tłuszcz: 76.38 g; Kw. tł. nasyc.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 355.97 g; suma cukrów prostych: 131.54 g; Sól: 5.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g;	Wartość en. [kcal]: 2215.27 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kw. tł. nasyc.: 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 Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-10-17 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) Ser biały 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) Ser biały 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) Ser biały 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) Ser biały 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) Ser biały 70 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Paszтет 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) Ser biały 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) Ser biały 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 Paszтет 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) Paszтет 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) Paszтет 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) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg zmiękowany 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			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 150 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
	P	Wafle ryżowe 3 szt		Wafle ryżowe 3 szt		Wafle ryżowe wieloziarniste 3 szt		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)				
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Paszтет drobiowy pieczony 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) Salata (liść) 10 g Pomidor bezskóry 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) Salata (liść) 10 g Pomidor bezskóry 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. 15 g (MLE) Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 80 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Salata (liść) 10 g Pomidor bezskóry 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) Pasta 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 zmiękowany 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry zmiękowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab benedyktyński zmiękowany 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry zmiękowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	ci	Ciastka maślane 3 szt (GLU, JAJ, MLE)		Ciastka maślane 3 szt (GLU, JAJ, MLE) Orzechy włoskie 15 g (ORZ)	Ciastka maślane 3 szt (GLU, JAJ, MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 100 g (MLE)	Ciastka maślane 3 szt (GLU, JAJ, MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Ciastka maślane 3 szt (GLU, JAJ, MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
		Wartość en. [kcal]: 2517.27 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 82.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 355.56 g; suma cukrów prostych: 81.84 g; Sol: 8.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2281.73 kcal; Białko ogółem: 104.34 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 347.08 g; suma cukrów prostych: 88.93 g; Sol: 4.39 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2406.64 kcal; Białko ogółem: 107.59 g; Tłuszcz: 48.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.02 g; Węglowodany ogółem: 398.41 g; suma cukrów prostych: 108.17 g; Sol: 4.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;	Wartość en. [kcal]: 2128.87 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz: 55.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 329.48 g; suma cukrów prostych: 83.38 g; Sol: 7.94 g; Błonnik pokarmowy: 38.88 g;	Wartość en. [kcal]: 2567.13 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 61.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 405.13 g; suma cukrów prostych: 113.53 g; Sol: 4.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 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; Sol: 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: 318.03 g; suma cukrów prostych: 48.21 g; Sol: 7.79 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; Sol: 6.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.50 g;	Wartość en. [kcal]: 2519.27 kcal; Białko ogółem: 114.06 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 343.51 g; suma cukrów prostych: 103.77 g; Sol: 4.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g;	Wartość en. [kcal]: 2334.39 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.76 g; Węglowodany ogółem: 343.51 g; suma cukrów prostych: 63.91 g; Sol: 6.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g;	Wartość en. [kcal]: 2301.30 kcal; Białko ogółem: 61.41 g; Tłuszcz: 76.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 358.42 g; suma cukrów prostych: 76.52 g; Sol: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2383.64 kcal; Białko ogółem: 112.58 g; Tłuszcz: 68.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 341.96 g; suma cukrów prostych: 95.59 g; Sol: 4.78 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;	

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostwana z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
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>) Pomidor bez skóry 100 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>) Pomidor bez skóry 100 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 koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Pomidor bez skóry 100 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 koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 100g (<i>JAJ</i>) Pomidor 100 g (<i>JAJ</i>) Pomidor 100 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>) Pomidor 100 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>) Pomidor bez skóry 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>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Pomidor 100 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>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Pomidor 100 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>) Pomidor bez skóry 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) Kanaпка z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wedliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) Kanaпка 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>) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 100g (<i>JAJ</i>) Pomidor 100 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>) Pomidor zmkosowany 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
II S			Kanaпка z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wedliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Kanaпка z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wedliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Kanaпка z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%(5g) z wedliną drobiową (30g) i pomidorem (20g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Kanaпка 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	Kapuśniak z ziemniakami 400 ml (<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	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU</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	Kapuśniak z ziemniakami 400 ml (<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	Kapuśniak z ziemniakami 400 ml (<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	Kapuśniak z ziemniakami 400 ml (<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	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU</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) b/c 300 ml	Kapuśniak z ziemniakami 400 ml (<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	Kapuśniak z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 150 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kapuśniak z ziemniakami 400 ml (<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	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU</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	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU</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	Kapuśniak z ziemniakami 400 ml (<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	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU</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
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>)
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Cwikła z chrzanem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła 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 miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Papryka 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Papryka 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Cwikła 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 Parówka drobiowa 2 szt (<i>GLU</i>) Cwikła 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 miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miodowa z indyka zmkosowana 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Buraki gotowane puree 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miodowa z indyka zmkosowana 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]: 2564.65 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 100.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; suma cukrów prostych: 70.57 g; Sól: 7.81 g; Błonnik pokarmowy: 31.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2774.12 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 107.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 359.77 g; suma cukrów prostych: 89.32 g; Sól: 7.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;	Wartość en. [kcal]: 2705.59 kcal; Białko ogółem: 112.87 g; Tłuszcz: 84.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 387.47 g; suma cukrów prostych: 91.24 g; Sól: 7.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2637.52 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 102.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 340.70 g; suma cukrów prostych: 80.02 g; Sól: 7.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2559.92 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 100.88 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 335.62 g; suma cukrów prostych: 81.78 g; Sól: 7.87 g; Błonnik pokarmowy: 41.26 g;	Wartość en. [kcal]: 2708.49 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 387.41 g; suma cukrów prostych: 91.30 g; Sól: 7.40 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2542.88 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 106.46 g; Kw. tł. nasy.: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 317.21 g; suma cukrów prostych: 33.93 g; Sól: 8.40 g; Błonnik pokarmowy: 44.67 g;	Wartość en. [kcal]: 2481.98 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 103.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 316.50 g; suma cukrów prostych: 32.13 g; Sól: 9.64 g; Błonnik pokarmowy: 47.07 g;	Wartość en. [kcal]: 2323.58 kcal; Białko ogółem: 94.22 g; Tłuszcz: 104.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 270.94 g; suma cukrów prostych: 54.17 g; Sól: 7.84 g; Błonnik pokarmowy: 37.52 g;	Wartość en. [kcal]: 2795.88 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 116.01 g; Kw. tł. nasy.: 40.28 g; Węglowodany ogółem: 393.11 g; suma cukrów prostych: 91.37 g; Sól: 8.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g;	Wartość en. [kcal]: 2795.88 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 110.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 367.47 g; suma cukrów prostych: 78.86 g; Sól: 8.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.89 g;	Wartość en. [kcal]: 2319.63 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 341.26 g; suma cukrów prostych: 71.01 g; Sól: 6.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2564.30 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 84.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 356.52 g; suma cukrów prostych: 100.39 g; Sól: 6.60 g; Błonnik pokarmowy: 25.30 g;

		1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostwana z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-10-19 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>) Dymia pieczona z ziołami 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>) Salata lodowa 10 g Dymia 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>) Salata lodowa 10 g Dymia 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 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>) Dymia pieczona z ziołami 100 g Papryka 50 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 razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Salata lodowa 10 g Dymia pieczona z ziołami 100 g Papryka 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>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Dymia pieczona z ziołami 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 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Dymia pieczona z ziołami 100 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem 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>) Dymia pieczona z ziołami 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>) Salata lodowa 10 g Dymia 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 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Salata lodowa 10 g Dymia 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 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 Dymia pieczona z ziołami 100 g Papryka 50 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 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>) Salata lodowa 10 g Dymia pieczona z ziołami 100 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki żytnie na mleku zmkisowane 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>) Dymia 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			Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)			Sok owocowo-warzywny 200 ml Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)
	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 wielowocowy (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 wielowocowy (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 wielowocowy (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 wielowocowy (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 wielowocowy (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 wielowocowy (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 wielowocowy (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 wielowocowy (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 wielowocowy (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 wielowocowy (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 wielowocowy (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 wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	P			Kanapka z bulki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Kanapka z bulki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem roślinnym (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (<i>GLU</i>)		Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt
	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>) Salata (liść) 10 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>) Ser biały 70 g (<i>MLE</i>) Salata (liść) 10 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 biały 70 g (<i>MLE</i>) Salata (liść) 10 g Pomidor 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>) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 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>) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 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>) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Salata (liść) 10 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>) Salata (liść) 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twaróg 70 g (<i>MLE</i>) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 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>) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 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>) Salata (liść) 10 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>) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 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 zmkisowane 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	Ł			Sok pomidorowy 200 ml							Koktail bananowo-mleczny z otrębami pszennymi 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)			Sok pomidorowy 200 ml
		Wartość en. [kcal]: 2274.03 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasyc.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 337.68 g; suma cukrów prostych: 82.76 g; Sól: 7.98 g; Błonnik pokarmowy: 38.18 g;	Wartość en. [kcal]: 2321.65 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 70.29 g; Kw. tł. nasyc.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 342.42 g; suma cukrów prostych: 83.20 g; Sól: 7.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g;	Wartość en. [kcal]: 2559.40 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 73.35 g; Kw. tł. nasyc.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 324.44 g; suma cukrów prostych: 70.93 g; Sól: 7.36 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g;	Wartość en. [kcal]: 2163.93 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 63.03 g; Kw. tł. nasyc.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 324.44 g; suma cukrów prostych: 70.93 g; Sól: 7.36 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g;	Wartość en. [kcal]: 2135.53 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz: 61.89 g; Kw. tł. nasyc.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 335.12 g; suma cukrów prostych: 86.64 g; Sól: 7.29 g; Błonnik pokarmowy: 47.30 g;	Wartość en. [kcal]: 2590.30 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 76.72 g; Kw. tł. nasyc.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 387.78 g; suma cukrów prostych: 104.36 g; Sól: 8.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;	Wartość en. [kcal]: 2172.28 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasyc.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 321.29 g; suma cukrów prostych: 57.87 g; Sól: 8.18 g; Błonnik pokarmowy: 52.27 g;	Wartość en. [kcal]: 2115.58 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz: 68.88 g; Kw. tł. nasyc.: 15.81 g; Węglowodany ogółem: 313.44 g; suma cukrów prostych: 49.64 g; Sól: 8.86 g; Błonnik pokarmowy: 52.27 g;	Wartość en. [kcal]: 1758.23 kcal; Białko ogółem: 77.10 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nasyc.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 255.56 g; suma cukrów prostych: 60.77 g; Sól: 6.08 g; Błonnik pokarmowy: 40.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2765.25 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 90.43 g; Kw. tł. nasyc.: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 390.15 g; suma cukrów prostych: 94.03 g; Sól: 7.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.78 g;	Wartość en. [kcal]: 2237.87 kcal; Białko ogółem: 84.47 g; Tłuszcz: 72.08 g; Kw. tł. nasyc.: 16.53 g; Węglowodany ogółem: 327.65 g; suma cukrów prostych: 86.43 g; Sól: 7.22 g; Błonnik pokarmowy: 26.66 g;	Wartość en. [kcal]: 2346.16 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz: 73.38 g; Kw. tł. nasyc.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 371.38 g; suma cukrów prostych: 86.87 g; Sól: 7.25 g; Błonnik pokarmowy: 45.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2794.18 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 88.41 g; Kw. tł. nasyc.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 398.15 g; suma cukrów prostych: 145.31 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata	
2025-10-20 poniedziałek	Śniadanie	Ryż 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 100 g (JAJ , RYB , SEL) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU , MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB , SEL) Pomidor bezskóry 50 g Cukinia pieczona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU , MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB , SEL) Pomidor bezskóry 50 g Cukinia pieczona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU , MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB , SEL) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU , MLE) Pomidor 50 g	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB , SEL) Pomidor bezskóry 50 g Cukinia pieczona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU , MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB , SEL) Szynka mielowa z indyka 30 g (SOJ , SEL) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU , MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB , SEL) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB , SEL) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU , MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB , SEL) Pomidor bezskóry 50 g Cukinia pieczona 50 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 Szynka mielowa z indyka 60 g (SOJ , SEL) Pomidor 50 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU , MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z pieczonego bakłażana 100 g Pomidor 50 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU , MLE)	Ryż na mleku zmiśowany 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 100 g (JAJ , RYB , SEL) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU , MLE)	
	II ś			Banan (120g) 1 szt			Banan (120g) 1 szt		Sok pomidorowy 200 ml		Banan (120g) 1 szt			Puree bananowe 60 g
	Obiad	Zupa meksykańska z fasolą, kukurydzą i ziemniakami 400 ml (GLU , SEL) Krokiety z kapustą 300 g (GLU , JAJ , SOJ , MLE , SEL , GOR) Gruszka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU , SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU , JAJ , SEL) Salata z jogurtem 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU , SEL) Krokiety z kapustą 300 g (GLU , JAJ , SOJ , MLE , SEL , GOR) Gruszka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU , SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU , JAJ , SEL) Salata z jogurtem 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU , SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 80 g (GLU , JAJ , SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU , SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU , JAJ , SEL) Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 250 ml (GLU , SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU , JAJ , SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 250 ml (GLU , SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU , JAJ , SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU , SEL) Krokiety z kapustą 300 g (GLU , JAJ , SOJ , MLE , SEL , GOR) Gruszka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU , SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU , JAJ , SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU , SEL) Krokiety z kapustą 300 g (GLU , JAJ , SOJ , MLE , SEL , GOR) Gruszka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU , SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU , JAJ , SEL) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
	P		Wafle ryżowe 3 szt				Wafle ryżowe 3 szt				Biszkopty 5 szt (GLU , JAJ)		Biszkopty 5 szt (GLU , JAJ)	
	Kolejacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 60 g (GLU , SOJ , MLE) Rukola 10 g Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 60 g (GLU , SOJ , MLE) Rukola 10 g Pomidor bezskóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 60 g (GLU , SOJ , MLE) Rukola 10 g Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 60 g (GLU , SOJ , MLE) Rukola 10 g Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 60 g (GLU , SOJ , MLE) Rukola 10 g Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka królewiecka 60 g (GLU , SOJ , MLE) Rukola 10 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka królewiecka 60 g (GLU , SOJ , MLE) Rukola 10 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 60 g (GLU , SOJ , MLE) Rukola 10 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 60 g (GLU , SOJ , MLE) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka królewiecka 60 g (GLU , SOJ , MLE) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasztet z cukinii 80 g (GLU , JAJ) Rukola 10 g Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka zmiśowana 60 g (GLU , SOJ , MLE) Pomidor bez skóry zmiśowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	Pi	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)						Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		
		Wartość en. [kcal]: 2813.43 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 111.70 g; Kw. tł. nasy.: 39.13 g; Węglowodany ogółem: 9843.28 g; suma cukrów prostych: 315.28 g; Sól: 430.36 g; Błonnik pokarmowy: 506.46 g;	Wartość en. [kcal]: 2246.02 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 68.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 329.60 g; suma cukrów prostych: 69.29 g; Sól: 5.42 g; Błonnik pokarmowy: 21.05 g;	Wartość en. [kcal]: 2409.24 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz: 62.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 377.81 g; suma cukrów prostych: 87.15 g; Sól: 5.42 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g;	Wartość en. [kcal]: 2125.68 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 60.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 320.97 g; suma cukrów prostych: 65.71 g; Sól: 7.50 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;	Wartość en. [kcal]: 2743.45 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 113.95 g; Kw. tł. nasy.: 39.22 g; Węglowodany ogółem: 9832.86 g; suma cukrów prostych: 317.36 g; Sól: 429.89 g; Błonnik pokarmowy: 514.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2471.00 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 69.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 375.65 g; suma cukrów prostych: 87.43 g; Sól: 5.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g;	Wartość en. [kcal]: 1810.53 kcal; Białko ogółem: 75.88 g; Tłuszcz: 51.44 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 280.05 g; suma cukrów prostych: 32.04 g; Sól: 8.52 g; Błonnik pokarmowy: 39.85 g;	Wartość en. [kcal]: 2010.06 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz: 72.27 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; Węglowodany ogółem: 274.33 g; suma cukrów prostych: 22.71 g; Sól: 8.34 g; Błonnik pokarmowy: 43.14 g;	Wartość en. [kcal]: 1602.95 kcal; Białko ogółem: 71.75 g; Tłuszcz: 55.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 221.31 g; suma cukrów prostych: 30.57 g; Sól: 7.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.98 g;	Wartość en. [kcal]: 2467.35 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 357.65 g; suma cukrów prostych: 87.48 g; Sól: 5.52 g; Błonnik pokarmowy: 22.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2833.56 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 117.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 9829.15 g; suma cukrów prostych: 302.12 g; Sól: 430.34 g; Błonnik pokarmowy: 499.05 g;	Wartość en. [kcal]: 2771.31 kcal; Białko ogółem: 79.56 g; Tłuszcz: 112.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 376.07 g; suma cukrów prostych: 80.59 g; Sól: 10.20 g; Błonnik pokarmowy: 32.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2463.96 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 75.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 362.24 g; suma cukrów prostych: 104.59 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku żol.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgli.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata	
2025-10-21 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 plastyry 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem (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 Cukinia pieczona 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem (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 Cukinia pieczona 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem (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 plastyry 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem (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 plastyry 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem (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 plastyry 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Mix салат 20 g Rzodkiewka plastyry 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Mix салат 20 g Rzodkiewka plastyry 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	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 plastyry 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 Cukinia pieczona 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Mix салат 20 g Rzodkiewka plastyry 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) Mix салат 20 g Rzodkiewka plastyry 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem (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 zmkisowana 30 g Twarożek grani 40 g Pomidor bez skóry zmkisowany 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem (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 wielooowocowy (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 wielooowocowy (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 wielooowocowy (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 wielooowocowy (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 wielooowocowy (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 wielooowocowy (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 wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 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 wielooowocowy (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 wielooowocowy (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 Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Jajko w sosie szpinokowym 240 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Jajko w sosie szpinokowym 240 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami zmkisowana 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 wielooowocowy (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 miodowa 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 miodowa 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 miodowa 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 miodowa 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 miodowa 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 miodowa 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 miodowa 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 miodowa 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 miodowa 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	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 miodowa z indyka zmkisowana 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 naturalny 150g 1 szt	Koktajl z jabłka i napoju sojowego fortyfikowanego 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 fortyfikowanego wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt		
	Wartość en. [kcal]: 2312.03 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 318.78 g; suma cukrów prostych: 77.51 g; Sól: 7.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2507.97 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 81.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 337.29 g; suma cukrów prostych: 85.33 g; Sól: 5.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;	Wartość en. [kcal]: 2446.32 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 378.30 g; suma cukrów prostych: 115.00 g; Sól: 6.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.50 g;	Wartość en. [kcal]: 2246.99 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 68.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 323.34 g; suma cukrów prostych: 82.57 g; Sól: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 42.78 g;	Wartość en. [kcal]: 2297.57 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 80.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 312.44 g; suma cukrów prostych: 77.34 g; Sól: 7.94 g; Błonnik pokarmowy: 39.07 g;	Wartość en. [kcal]: 2636.96 kcal; Białko ogółem: 121.48 g; Tłuszcz: 81.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 367.89 g; suma cukrów prostych: 96.70 g; Sól: 6.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2276.45 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 281.41 g; suma cukrów prostych: 31.02 g; Sól: 9.76 g; Błonnik pokarmowy: 48.98 g;	Wartość en. [kcal]: 2172.94 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 67.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 281.41 g; suma cukrów prostych: 31.02 g; Sól: 9.76 g; Błonnik pokarmowy: 51.68 g;	Wartość en. [kcal]: 1700.64 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 67.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 216.15 g; suma cukrów prostych: 38.39 g; Sól: 5.82 g; Błonnik pokarmowy: 40.98 g;	Wartość en. [kcal]: 2682.18 kcal; Białko ogółem: 135.59 g; Tłuszcz: 76.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 377.76 g; suma cukrów prostych: 94.66 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2123.21 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 69.42 g; Kw. tł. nasy.: 12.72 g; Węglowodany ogółem: 301.08 g; suma cukrów prostych: 55.77 g; Sól: 8.05 g; Błonnik pokarmowy: 35.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2569.34 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 94.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 341.58 g; suma cukrów prostych: 83.23 g; Sól: 7.59 g; Błonnik pokarmowy: 37.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2522.98 kcal; Białko ogółem: 107.81 g; Tłuszcz: 72.43 g; Kw. tł. nasy.: 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 Łatwostwana z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata		
2025-10-22 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 Sałata (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 plastrach 80 g Sałata (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 plastrach 80 g Sałata (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 Schab pieczony 30 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Sałata (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 plastrach 80 g Sałata (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 Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab pieczony 30 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 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 Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	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 Sałata (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 plastrach 80 g Sałata (2 liście) 20 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 Schab pieczony 60 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	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 Sałata (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 plastrach 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)		
2025-10-22 środa	Obiad	Kalafiiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Sliwka 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiiorowa 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 wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiiorowa 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 wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiiorowa 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 wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Sliwka 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 300 ml	Kalafiiorowa 250 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 150 g (GLU) Sliwka 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) b/c 300 ml	Kalafiiorowa 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 wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Sliwka 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Sliwka 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiiorowa 400 ml (GLU, SEL) Kolekt sojowy 90 g (GLU, SOJ) Sos pieczarkowy 150 g Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Sliwka 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiiorowa 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 wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, sliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml			
	P		Kisiel 150 g			Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g			Galeretka owocowa 150 g			Kisiel 150 g		
2025-10-23 czwartek	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 (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 (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		
	Fn	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Kiwi (100g) 1 szt			Salatka z brokuła got. z dipem pomidorowo-bazyliowym 150 g			Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 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: 367.68 g; suma cukrów prostych: 80.20 g; Sol: 6.42 g; Błonnik pokarmowy: 35.81 g;	Wartość en. [kcal]: 2628.60 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 68.61 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 394.68 g; suma cukrów prostych: 103.73 g; Sol: 5.47 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2726.20 kcal; Białko ogółem: 121.91 g; Tłuszcz: 68.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 413.54 g; suma cukrów prostych: 118.15 g; Sol: 5.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2430.64 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 377.55 g; suma cukrów prostych: 104.37 g; Sol: 6.31 g; Błonnik pokarmowy: 47.74 g;	Wartość en. [kcal]: 2222.75 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 413.60 g; suma cukrów prostych: 62.20 g; Sol: 6.31 g; Błonnik pokarmowy: 46.10 g;	Wartość en. [kcal]: 2170.21 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 58.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 413.60 g; suma cukrów prostych: 66.61 g; Sol: 5.96 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: 305.45 g; suma cukrów prostych: 60.50 g; Sol: 4.85 g; Błonnik pokarmowy: 40.60 g;	Wartość en. [kcal]: 1721.15 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 48.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.50 g; Węglowodany ogółem: 236.09 g; suma cukrów prostych: 44.96 g; Sol: 5.12 g; Błonnik pokarmowy: 37.85 g;	Wartość en. [kcal]: 2728.00 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.39 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.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 393.55 g; suma cukrów prostych: 63.52 g; Sol: 5.07 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2788.26 kcal; Białko ogółem: 124.67 g; Tłuszcz: 79.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 393.55 g; suma cukrów prostych: 75.25 g; Sol: 6.89 g; Błonnik pokarmowy: 57.00 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 Łatwostwana z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
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>) (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twaróg 40 g (<i>MLE</i>) Dymia pieczona z ziołami 50 g Pomidor bez skóry 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>) Dymia pieczona z ziołami 50 g Pomidor bez skóry 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>) 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>) 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>) Dymia pieczona z ziołami 50 g Pomidor bez skóry 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>) Poledwica sopocka 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Ogórek kiszony 50 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 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 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>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>) Dymia pieczona z ziołami 50 g Pomidor bez skóry 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 roślinne 15 g Poledwica sopocka 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 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>) Ser żółty 50 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 namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica sopocka zmiksowana 60 g (<i>GLU</i> , <i>SOJ, MLE</i>) Puree z dyni 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
			Sok marchwiowy 200 ml				Sok pomidorowy 200 ml			Sok marchwiowy 200 ml Biskvity 5 szt (<i>GLU</i> , <i>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</i> , <i>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 Śliwka (50g) 100 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i> , <i>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) 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i> , <i>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</i> , <i>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 Śliwka (50g) 100 g	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i> , <i>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 Śliwka (50g) 100 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i> , <i>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</i> , <i>GOR</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i> , <i>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 Śliwka (50g) 100 g	Zupa ziemniaczana 250 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i> , <i>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 Śliwka (50g) 100 g		Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i> , <i>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</i> , <i>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 Śliwka (50g) 100 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Gulasz z tofu i wloszczyzny 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 Śliwka (50g) 100 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet pożarski drobiowy zmiksowany 90 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Puree ziemniaczane 200 g (<i>MLE</i>) Brokoly gotowane puree 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Puree bananowe 60 g
			Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)			Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82% (5g) z wędliną drobiową (30g) i pomidorem (20g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)			Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)
Kolacja	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 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</i>) Jabłko pieczone (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>) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</i>) Jabłko pieczone (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 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</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 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</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>) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</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>) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</i>) Jabłko pieczone (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>) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</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 Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</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>) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</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>) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</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 Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</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 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</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 zmiksowana 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
			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>)
dł	Wartość en. [kcal]: 2483.96 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 76.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.91 g; Węglowodany ogółem: 358.67 g; suma cukrów prostych: 79.57 g; Sól: 6.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g;	Wartość en. [kcal]: 2537.99 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 384.82 g; suma cukrów prostych: 101.01 g; Sól: 5.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;	Wartość en. [kcal]: 2600.00 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 420.86 g; suma cukrów prostych: 114.98 g; Sól: 5.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;	Wartość en. [kcal]: 2287.46 kcal; Białko ogółem: 102.18 g; Tłuszcz: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 349.74 g; suma cukrów prostych: 77.72 g; Sól: 6.32 g; Błonnik pokarmowy: 31.15 g;	Wartość en. [kcal]: 2392.66 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 355.16 g; suma cukrów prostych: 82.58 g; Sól: 6.35 g; Błonnik pokarmowy: 40.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2634.59 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 71.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 400.39 g; suma cukrów prostych: 100.54 g; Sól: 6.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g;	Wartość en. [kcal]: 2345.19 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 77.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 333.36 g; suma cukrów prostych: 46.58 g; Sól: 8.49 g; Błonnik pokarmowy: 47.96 g;	Wartość en. [kcal]: 2268.99 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 331.44 g; suma cukrów prostych: 46.58 g; Sól: 10.15 g; Błonnik pokarmowy: 50.36 g;	Wartość en. [kcal]: 1757.28 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz: 54.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 251.78 g; suma cukrów prostych: 54.75 g; Sól: 6.28 g; Błonnik pokarmowy: 35.23 g;	Wartość en. [kcal]: 2288.99 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 79.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 421.24 g; suma cukrów prostych: 115.19 g; Sól: 5.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g;	Wartość en. [kcal]: 2301.96 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 14.59 g; Węglowodany ogółem: 352.63 g; suma cukrów prostych: 70.18 g; Sól: 7.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g;	Wartość en. [kcal]: 2411.59 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 87.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 342.63 g; suma cukrów prostych: 77.57 g; Sól: 6.39 g; Błonnik pokarmowy: 31.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2422.16 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 387.21 g; suma cukrów prostych: 128.12 g; Sól: 6.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostwana z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-10-24 piątek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 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) Masło 82% tł. 15 g (MLE) 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) 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 (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 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) Pasta jajeczna 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)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) 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 zmiaskowany 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
			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) Śliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, 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) 1szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, 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) Śliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, 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) 1szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, 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) Śliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, 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) Śliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, 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) Banan (120g) 1szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, 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) Śliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, 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) Śliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, 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) Śliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Pierogi leniwe z masłem i bułką 250 g (GLU, MLE) Śliwka (50g) 50 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze zmiaskowany 90 g (RYB) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Warzywa po grecku zmiaskowane 150 g (SEL) Puree bananowe 60 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
			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) Roszpinka 20 g Ogórek kiszony 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) Roszpinka 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) Roszpinka 20 g Ogórek kiszony 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) Roszpinka 20 g Ogórek kiszony 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) Roszpinka 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) Roszpinka 20 g Ogórek kiszony 100 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Hummus 80 g Roszpinka 20 g Ogórek kiszony 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) Roszpinka 20 g Ogórek kiszony 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) Roszpinka 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 Roszpinka 20 g Ogórek kiszony 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Roszpinka 20 g Ogórek kiszony 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
			Wafle ryżowe 3 szt Dżem 30g 1 szt			Wafle ryżowe 3 szt			Wafle ryżowe 3 szt				Koktajl bananowo-mleczny 200 ml (GLU, MLE)
		Wartość en. [kcal]: 2318.63 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz: 74.78 g; Kw. tł. nasyc.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 530.62 g; suma cukrów prostych: 101.40 g; Sól: 181.98 g; Błonnik pokarmowy: 79.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2548.46 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 76.54 g; Kw. tł. nasyc.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 386.35 g; suma cukrów prostych: 133.88 g; Sól: 5.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g;	Wartość en. [kcal]: 2627.31 kcal; Białko ogółem: 89.29 g; Tłuszcz: 68.74 g; Kw. tł. nasyc.: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 422.26 g; suma cukrów prostych: 164.24 g; Sól: 5.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g;	Wartość en. [kcal]: 2265.53 kcal; Białko ogółem: 86.32 g; Tłuszcz: 66.97 g; Kw. tł. nasyc.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 531.64 g; suma cukrów prostych: 102.36 g; Sól: 181.82 g; Błonnik pokarmowy: 79.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2216.91 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 68.82 g; Kw. tł. nasyc.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 338.49 g; suma cukrów prostych: 104.18 g; Sól: 7.66 g; Błonnik pokarmowy: 38.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2657.21 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 77.58 g; Kw. tł. nasyc.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 411.00 g; suma cukrów prostych: 152.90 g; Sól: 7.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;	Wartość en. [kcal]: 1952.88 kcal; Białko ogółem: 75.07 g; Tłuszcz: 65.72 g; Kw. tł. nasyc.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 473.73 g; suma cukrów prostych: 46.46 g; Sól: 183.08 g; Błonnik pokarmowy: 92.05 g;	Wartość en. [kcal]: 1601.26 kcal; Białko ogółem: 64.37 g; Tłuszcz: 55.57 g; Kw. tł. nasyc.: 13.14 g; Węglowodany ogółem: 411.88 g; suma cukrów prostych: 35.95 g; Sól: 180.74 g; Błonnik pokarmowy: 82.81 g;	Wartość en. [kcal]: 2756.46 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 81.68 g; Kw. tł. nasyc.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 418.37 g; suma cukrów prostych: 159.98 g; Sól: 6.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g;	Wartość en. [kcal]: 2329.97 kcal; Białko ogółem: 68.96 g; Tłuszcz: 74.76 g; Kw. tł. nasyc.: 13.40 g; Węglowodany ogółem: 548.25 g; suma cukrów prostych: 86.96 g; Sól: 180.85 g; Błonnik pokarmowy: 83.46 g;	Wartość en. [kcal]: 2366.90 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 83.64 g; Kw. tł. nasyc.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 504.59 g; suma cukrów prostych: 111.25 g; Sól: 181.41 g; Błonnik pokarmowy: 70.29 g;	Wartość en. [kcal]: 2369.00 kcal; Białko ogółem: 86.43 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasyc.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 340.27 g; suma cukrów prostych: 163.41 g; Sól: 5.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostwana z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
Śniadanie	Płatki owsiane 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>) Pieczeń myśliwska 60 g (<i>SOJ</i>) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki owsiane 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 drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (2 liście) 20 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>) Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek kiszony 100 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek kiszony 100 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (<i>GLU</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Pieczeń myśliwska 60 g (<i>SOJ</i>) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU</i>)	Płatki owsiane 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>) Ser żółty 50 g (<i>MLE</i>) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki owsiane 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 drobiowa zmiksowana 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cwikła z jabłkiem puree 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
	II ś			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)
Obiad	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Gruszka 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Gruszka 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Gruszka 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Gruszka 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 250 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Gruszka 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Klopsiki z soczewicy z warzywami 100 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Brokuly gotowane 150 g Gruszka 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Ziemniaki 200 g	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Puree ziemniaczane 200 g (<i>MLE</i>) Brokuly gotowane 150 g Gruszka 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Ziemniaki 200 g	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Puree ziemniaczane 200 g (<i>MLE</i>) Brokuly gotowane 150 g Gruszka 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, SEL</i>) Puree ziemniaczane 200 g (<i>MLE</i>) Brokuly gotowane 150 g Gruszka 150 g Kompot wielowocowy (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 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>)		
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Pomidor bezskóry 50 g Rukola 20 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>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 20 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>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Pomidor bezskóry 50 g Rukola 20 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>) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Pomidor bezskóry 50 g Rukola 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 20 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>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Rzodkiewka plastry 50 g Rukola 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek z koperkiem 100 g (<i>MLE</i>) Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	Ph	Biszkopty 5szt (<i>GLU, JAJ</i>)						Wafle ryżowe wielozłazmiste 3 szt			Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Biszkopty 5szt (<i>GLU, JAJ</i>)
	Wartość en. [kcal]: 2590.67 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 79.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 379.12 g; suma cukrów prosty: 87.63 g; Sol: 5.19 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g;	Wartość en. [kcal]: 2573.47 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 77.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 372.30 g; suma cukrów prosty: 89.95 g; Sol: 5.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;	Wartość en. [kcal]: 2636.92 kcal; Białko ogółem: 116.78 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 362.57 g; suma cukrów prosty: 115.16 g; Sol: 5.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g;	Wartość en. [kcal]: 2445.00 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; Tłuszcz: 70.25 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 362.57 g; suma cukrów prosty: 86.54 g; Sol: 5.83 g; Błonnik pokarmowy: 34.85 g;	Wartość en. [kcal]: 2406.77 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 360.77 g; suma cukrów prosty: 88.97 g; Sol: 5.85 g; Błonnik pokarmowy: 44.17 g;	Wartość en. [kcal]: 2753.47 kcal; Białko ogółem: 117.25 g; Tłuszcz: 80.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 404.20 g; suma cukrów prosty: 116.05 g; Sol: 5.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g;	Wartość en. [kcal]: 2376.66 kcal; Białko ogółem: 109.20 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 338.68 g; suma cukrów prosty: 48.03 g; Sol: 182.86 g; Błonnik pokarmowy: 97.04 g;	Wartość en. [kcal]: 2323.75 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 74.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; Węglowodany ogółem: 319.52 g; suma cukrów prosty: 31.50 g; Sol: 183.51 g; Błonnik pokarmowy: 99.40 g;	Wartość en. [kcal]: 1882.33 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 47.26 g; Kw. tł. nasy.: 15.63 g; Węglowodany ogółem: 287.84 g; suma cukrów prostych: 52.20 g; Sol: 5.00 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g;	Wartość en. [kcal]: 2820.12 kcal; Białko ogółem: 125.54 g; Tłuszcz: 86.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 369.58 g; suma cukrów prosty: 97.01 g; Sol: 6.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2391.14 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw. tł. nasy.: 13.14 g; Węglowodany ogółem: 339.81 g; suma cukrów prostych: 69.45 g; Sol: 5.95 g; Błonnik pokarmowy: 38.26 g;	Wartość en. [kcal]: 2593.09 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz: 80.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 384.28 g; suma cukrów prosty: 88.70 g; Sol: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 38.45 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 prosty: 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 Łatwostwana z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-10-26 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 Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, grozkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) 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 Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (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 Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, grozkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) 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 Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) 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 Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) 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 Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) 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 Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, grozkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) 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 Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmięksowana 60 g Salatka jarzynowa zmięksowana 150 g (JAJ, SEL) 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 Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (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 Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (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 Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (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 Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (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 Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (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 Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (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 Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (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 Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (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 Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Kiwi (100g) 1 szt	Rosół jarki z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Tofu w sosie szpinakowym (sos 80g) 70 g (GLU, SOJ, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (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 Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Kiwi (100g) 1 szt	Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree z marchwi i selera 150 g (SEL) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banana puree 0,5 szt
	P		Kanapka z bulki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)		Kanapka z bulki 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 bulki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)		Kanapka z bulki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)			Puree warzywne 150 g
	Kolejacja	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) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 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) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 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) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 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) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 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) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 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) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 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) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka zmięksowana 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry zmięksowana 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
Dł	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Otreby pszenne 3 g (GLU) Orzech 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 fortifikowanego 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 fortifikowanego wapniem 200 ml (SOJ)		
	Wartość en. [kcal]: 2325.56 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 346.70 g; suma cukrów prostych: 75.45 g; Sól: 7.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;	Wartość en. [kcal]: 2345.15 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 351.13 g; suma cukrów prostych: 80.41 g; Sól: 8.30 g; Błonnik pokarmowy: 22.87 g;	Wartość en. [kcal]: 2346.07 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 60.33 g; Kw. tł. nasy.: 17.27 g; Węglowodany ogółem: 381.73 g; suma cukrów prostych: 80.41 g; Sól: 10.09 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2171.79 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 339.11 g; suma cukrów prostych: 78.01 g; Sól: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 42.18 g;	Wartość en. [kcal]: 2164.58 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 60.37 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 337.16 g; suma cukrów prostych: 77.44 g; Sól: 9.05 g; Błonnik pokarmowy: 42.15 g;	Wartość en. [kcal]: 2556.55 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; Tłuszcz: 73.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 319.43 g; suma cukrów prostych: 49.85 g; Sól: 9.85 g; Błonnik pokarmowy: 46.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2268.58 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 75.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 317.78 g; suma cukrów prostych: 44.04 g; Sól: 10.23 g; Błonnik pokarmowy: 51.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2288.58 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 75.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 317.78 g; suma cukrów prostych: 44.04 g; Sól: 10.23 g; Błonnik pokarmowy: 51.76 g;	Wartość en. [kcal]: 1624.46 kcal; Białko ogółem: 74.15 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; Węglowodany ogółem: 235.42 g; suma cukrów prostych: 46.94 g; Sól: 7.63 g; Błonnik pokarmowy: 35.79 g;	Wartość en. [kcal]: 2601.80 kcal; Białko ogółem: 110.21 g; Tłuszcz: 76.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 329.96 g; suma cukrów prostych: 89.37 g; Sól: 9.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g;	Wartość en. [kcal]: 2175.97 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 8.40 g; Węglowodany ogółem: 352.30 g; suma cukrów prostych: 79.09 g; Sól: 8.99 g; Błonnik pokarmowy: 36.91 g;	Wartość en. [kcal]: 2399.49 kcal; Białko ogółem: 77.97 g; Tłuszcz: 83.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 358.79 g; suma cukrów prostych: 79.09 g; Sól: 5.67 g; Błonnik pokarmowy: 35.05 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: 6.68 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,