

	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
2025-10-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Paprykarz 100 g (RYB) Ogórek kiszony plaster 80 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pastaz ryby gotowanej z warzywami 100 g (JAJ, RYB, SEL) Pomidor bezskórny 80 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pastaz ryby gotowanej z warzywami 100 g (JAJ, RYB, SEL) Pomidor bezskórny 80 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pastaz ryby gotowanej z warzywami 100 g (JAJ, RYB, SEL) Pomidor bezskórny 80 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Paprykarz 100 g (RYB) Ogórek kiszony plaster 80 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Paprykarz 100 g (RYB) Ogórek kiszony plaster 80 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Paprykarz 100 g (RYB) Ogórek kiszony plaster 80 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Paprykarz 100 g (RYB) Ogórek kiszony plaster 80 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pastaz ryby gotowanej z warzywami 100 g (JAJ, RYB, SEL) Pomidor bezskórny 80 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pastaz ryby gotowanej z warzywami 100 g (JAJ, RYB, SEL) Pomidor bezskórny 80 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Ogórek kiszony plaster 80 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pomidor bezskórny zmiękowany 80 g Pastaz ryby gotowanej z warzywami 100 g (JAJ, RYB, SEL) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S			Galaretka owocowa 150 g			Galaretka owocowa 150 g	Marchew wiórki 50 g Hummus 50 g	Hummus 50 g Marchew wiórki 50 g		Galaretka owocowa 150 g		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana 250 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 150 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
	P		Sok owocowo-warzywny 200 ml			Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Sok wielowarzywny 200 ml			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Sok owocowo-warzywny 200 ml Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Ćwikła 80 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Ćwikła 80 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Ćwikła 80 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Ćwikła 80 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Ćwikła 80 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Papryka 80 g Salata (liść) 10 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Papryka 80 g Salata (liść) 10 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Ćwikła 80 g Salata (liść) 10 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Ćwikła 80 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drob. 60 g Ćwikła 80 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pastaz soczewicy z marchewką 100 g Ćwikła 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Salata (liść) 10 g	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drob. zmiękowana 60 g Ćwikła zmiękowana 80 g 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 waniliowy 150g 1 szt	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	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	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt
		Wartość en. [kcal]: 2386.81 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 58.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 386.96 g; suma cukrów prostych: 143.62 g; Sól: 8.10 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;	Wartość en. [kcal]: 2537.17 kcal; Białko ogółem: 106.60 g; Tłuszcz: 88.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; suma cukrów prostych: 88.83 g; Sól: 6.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g;	Wartość en. [kcal]: 2380.58 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tł. nasy.: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 373.73 g; suma cukrów prostych: 109.83 g; Sól: 6.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2304.99 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 317.95 g; suma cukrów prostych: 74.69 g; Sól: 6.38 g; Błonnik pokarmowy: 37.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2635.02 kcal; Białko ogółem: 110.43 g; Tłuszcz: 95.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 346.28 g; suma cukrów prostych: 88.61 g; Sól: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g;	Wartość en. [kcal]: 2139.16 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 73.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.54 g; Węglowodany ogółem: 300.74 g; suma cukrów prostych: 57.83 g; Sól: 10.08 g; Błonnik pokarmowy: 46.58 g;	Wartość en. [kcal]: 2054.26 kcal; Białko ogółem: 83.96 g; Tłuszcz: 74.90 g; Kw. tł. nasy.: 10.87 g; Węglowodany ogółem: 282.33 g; suma cukrów prostych: 38.93 g; Sól: 10.22 g; Błonnik pokarmowy: 48.98 g;	Wartość en. [kcal]: 1786.11 kcal; Białko ogółem: 80.78 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 237.94 g; suma cukrów prostych: 48.19 g; Sól: 7.83 g; Błonnik pokarmowy: 36.51 g;	Wartość en. [kcal]: 2615.27 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 90.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 349.73 g; suma cukrów prostych: 62.00 g; Sól: 8.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;	Wartość en. [kcal]: 2295.08 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw. tł. nasy.: 12.94 g; Węglowodany ogółem: 316.25 g; suma cukrów prostych: 143.71 g; Sól: 7.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;	Wartość en. [kcal]: 2324.72 kcal; Białko ogółem: 72.59 g; Tłuszcz: 72.16 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 360.79 g; suma cukrów prostych: 143.71 g; Sól: 7.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g;	Wartość en. [kcal]: 2676.10 kcal; Białko ogółem: 117.10 g; Tłuszcz: 93.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 357.73 g; suma cukrów prostych: 115.53 g; Sól: 6.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 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 żół.	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	
2025-10-28 wtorek	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 g Pomidor bezskóry 80 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) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82%tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82%tł. 10 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Pomidor bezskóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa zmkisowana 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	
		II S		Banan (120g) 1 szt			Banan (120g) 1 szt	Salatka wiosenna (salata, pomidor, rzodkiewka, nasiona słonecznika) 150 g		Banan (120g) 1 szt				Puree bananowe 100 g
2025-10-28 wtorek	Obiad	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 170 g (SEL) Orzechy włoskie 10 g (ORZ) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 30 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 30 ml	Zupa zacierkowa 250 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 150 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 30 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Kolekt brokułowy 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Kolekt brokułowy 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree z marchwi 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka zmkisowany 90 g (GLU, JAJ, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree z marchwi 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
		P.		Kisiel 150 g			Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g		Budyń 150 g (MLE)			Kisiel 150 g	
2025-10-28 wtorek	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bezskóry 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bezskóry 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bezskóry 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bezskóry 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry zmkisowany 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
		ci	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe wielozłarniste 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle ryżowe wielozłarniste 3 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Wafle ryżowe wielozłarniste 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)
		Wartość en. [kcal]: 2128.57 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 336.20 g; suma cukrów prostych: 75.86 g; Sól: 5.76 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2359.49 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 348.83 g; suma cukrów prostych: 77.80 g; Sól: 5.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2430.67 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 391.34 g; suma cukrów prostych: 99.90 g; Sól: 5.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2145.05 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 338.07 g; suma cukrów prostych: 76.85 g; Sól: 5.64 g; Błonnik pokarmowy: 33.18 g;	Wartość en. [kcal]: 2075.97 kcal; Białko ogółem: 76.96 g; Tłuszcz: 56.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 336.01 g; suma cukrów prostych: 74.22 g; Sól: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 41.87 g;	Wartość en. [kcal]: 2509.57 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 380.66 g; suma cukrów prostych: 104.12 g; Sól: 5.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.20 g;	Wartość en. [kcal]: 1930.55 kcal; Białko ogółem: 70.03 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 301.24 g; suma cukrów prostych: 54.28 g; Sól: 5.59 g; Błonnik pokarmowy: 41.85 g;	Wartość en. [kcal]: 1857.33 kcal; Białko ogółem: 70.35 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 10.81 g; Węglowodany ogółem: 267.53 g; suma cukrów prostych: 44.06 g; Sól: 6.53 g; Błonnik pokarmowy: 43.22 g;	Wartość en. [kcal]: 1615.06 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz: 48.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 227.70 g; suma cukrów prostych: 33.68 g; Sól: 5.02 g; Błonnik pokarmowy: 35.47 g;	Wartość en. [kcal]: 2614.79 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 395.41 g; suma cukrów prostych: 113.71 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;	Wartość en. [kcal]: 1991.85 kcal; Białko ogółem: 75.17 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 297.03 g; suma cukrów prostych: 53.84 g; Sól: 6.48 g; Błonnik pokarmowy: 35.70 g;	Wartość en. [kcal]: 2299.64 kcal; Białko ogółem: 81.40 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 346.51 g; suma cukrów prostych: 75.33 g; Sól: 5.03 g; Błonnik pokarmowy: 33.56 g;	Wartość en. [kcal]: 2301.89 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 58.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 352.86 g; suma cukrów prostych: 98.39 g; Sól: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 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	
2025-10-29 środa	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Śliwka (50g) 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>) Filet królewski z indyka 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cukinia pieczona 80 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt 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 miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cukinia pieczona 80 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt 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>) Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Śliwka (50g) 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>) Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Śliwka (50g) 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>) Filet królewski z indyka 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cukinia pieczona 80 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Śliwka (50g) 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 Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Śliwka (50g) 100 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>) Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Śliwka (50g) 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>) Filet królewski z indyka 80 g (<i>GLU, SOJ</i>) Cukinia pieczona 80 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Hummus 40 g Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 80 g Śliwka (50g) 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>) Hummus 80 g Ogórek świeży 80 g Śliwka (50g) 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki jęczmienne na mleku zmiśkowane 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka zmiśkowany 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Marchew gotowana puree 150 g Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
	II S			Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>)			Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>)		Salatka (mix salat, pomidor, oliwa) 150 g		Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (<i>MLE</i>)			Sok wielowarzynny 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem na ciepło 150 g (<i>GLU, MLE</i>) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml					Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi drobno starta 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 250 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Falafel pieczony 90 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Brokułowa zmiśkowana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Puree ziemniaczane 200 g (<i>MLE</i>) Marchew puree 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		
	P		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 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>) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 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>) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (<i>JAJ</i>) Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (<i>JAJ</i>) Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 80 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Salata (2 liście) 20 g Rzodkiewka wiórki 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (<i>JAJ</i>) Pomidor bez skóry zmiśkowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	Ł	Galaretką owocowa 150 g					Galaretką owocowa b/c 150 g			Galaretką owocowa 150 g				
		Wartość en. [kcal]: 2250.43 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 74.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 322.70 g; suma cukrów prostych: 61.58 g; Sól: 5.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2333.58 kcal; Białko ogółem: 90.98 g; Tłuszcz: 75.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 336.49 g; suma cukrów prostych: 80.46 g; Sól: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.00 g;	Wartość en. [kcal]: 2473.14 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.87 g; Węglowodany ogółem: 351.06 g; suma cukrów prostych: 90.42 g; Sól: 6.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2220.19 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 313.57 g; suma cukrów prostych: 63.46 g; Sól: 5.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.81 g;	Wartość en. [kcal]: 2123.80 kcal; Białko ogółem: 80.32 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 309.30 g; suma cukrów prostych: 65.50 g; Sól: 5.73 g; Błonnik pokarmowy: 42.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2533.58 kcal; Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz: 84.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 350.87 g; suma cukrów prostych: 90.36 g; Sól: 6.02 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;	Wartość en. [kcal]: 2135.25 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 91.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 259.73 g; suma cukrów prostych: 35.11 g; Sól: 5.60 g; Błonnik pokarmowy: 40.52 g;	Wartość en. [kcal]: 2093.77 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz: 96.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.07 g; Węglowodany ogółem: 243.98 g; suma cukrów prostych: 22.28 g; Sól: 6.28 g; Błonnik pokarmowy: 43.47 g;	Wartość en. [kcal]: 1595.49 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.32 g; Węglowodany ogółem: 198.93 g; suma cukrów prostych: 26.52 g; Sól: 4.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g;	Wartość en. [kcal]: 2550.05 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 350.89 g; suma cukrów prostych: 90.38 g; Sól: 6.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;	Wartość en. [kcal]: 2069.52 kcal; Białko ogółem: 75.31 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.89 g; Węglowodany ogółem: 301.48 g; suma cukrów prostych: 50.59 g; Sól: 5.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.50 g;	Wartość en. [kcal]: 2134.73 kcal; Białko ogółem: 67.58 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 331.30 g; suma cukrów prostych: 63.71 g; Sól: 5.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.56 g;	Wartość en. [kcal]: 2501.33 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 88.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 342.28 g; suma cukrów prostych: 115.49 g; Sól: 7.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 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 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
2025-10-30 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) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 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) (SOJ) Roszponka 20 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) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 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) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 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) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)		Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) (SOJ) Roszponka 20 g Schab pieczony 60 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasztet z kukinii i kaszy jaglanej 100 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony zmkisowany 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry zmkisowany 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II ś		Banan (120g) 1 szt			Banan (120g) 1 szt		Kiwi (100g) 1 szt		Banan (120g) 1 szt			Puree bananowe 60 g
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczeniowy 150 g (SEL) Kasza gryczana 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza gryczana 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza gryczana 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczeniowy 150 g (SEL) Kasza gryczana 200 g Surówka Colesław 130 g (JAJ) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml		Zupa ogórkowa z ziemniakami 250 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczeniowy 100 g (SEL) Kasza gryczana 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczeniowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 150 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami zmkisowana 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska zmkisowana 90 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (SEL) Surówka Colesław 130 g (JAJ) Buraczki gotowane zmkisowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	P		Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml				Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)			Sok pomidorowy 200 ml
2025-10-31 piątek	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Ser żółty 30 g (MLE) Salata (liść) 10 g Surówka z marchwi drobno starta z olejem 140 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (liść) 10 g Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Salata (liść) 10 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Salata (liść) 10 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Ser żółty 50 g (MLE) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa zmkisowana 60 g (GLU, SOJ) Puree warzywne 200 ml Herbata (cukier 10g) 300 ml
	Ń	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)		Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)	
		Wartość en. [kcal]: 2494.14 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 85.83 g; Kw. tł. nasyc.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; suma cukrów prostych: 80.48 g; Sól: 7.04 g; Błonnik pokarmowy: 34.85 g;	Wartość en. [kcal]: 2574.58 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 86.28 g; Kw. tł. nasyc.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 356.73 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Sól: 5.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;	Wartość en. [kcal]: 2486.74 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 60.53 g; Kw. tł. nasyc.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 338.39 g; suma cukrów prostych: 107.31 g; Sól: 6.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g;	Wartość en. [kcal]: 2308.77 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 65.38 g; Kw. tł. nasyc.: 24.73 g; Węglowodany ogółem: 387.37 g; suma cukrów prostych: 80.93 g; Sól: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2393.17 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 81.36 g; Kw. tł. nasyc.: 26.04 g; Węglowodany ogółem: 387.37 g; suma cukrów prostych: 107.37 g; Sól: 6.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g;	Wartość en. [kcal]: 2240.84 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw. tł. nasyc.: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 301.69 g; suma cukrów prostych: 49.62 g; Sól: 7.94 g; Błonnik pokarmowy: 47.78 g;	Wartość en. [kcal]: 2253.94 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 85.37 g; Kw. tł. nasyc.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 290.38 g; suma cukrów prostych: 39.42 g; Sól: 8.02 g; Błonnik pokarmowy: 50.18 g;	Wartość en. [kcal]: 1893.79 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasyc.: 18.71 g; Węglowodany ogółem: 258.88 g; suma cukrów prostych: 46.94 g; Sól: 5.64 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g;	Wartość en. [kcal]: 2802.55 kcal; Białko ogółem: 112.07 g; Tłuszcz: 94.79 g; Kw. tł. nasyc.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 328.85 g; suma cukrów prostych: 102.22 g; Sól: 5.76 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2428.79 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tł. nasyc.: 15.45 g; Węglowodany ogółem: 368.60 g; suma cukrów prostych: 80.06 g; Sól: 6.99 g; Błonnik pokarmowy: 37.09 g;	Wartość en. [kcal]: 2453.00 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 81.26 g; Kw. tł. nasyc.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 317.83 g; suma cukrów prostych: 95.31 g; Sól: 7.13 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g;	Wartość en. [kcal]: 2233.30 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tł. nasyc.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 317.83 g; suma cukrów prostych: 95.31 g; Sól: 7.13 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 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 Cukrzykowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-10-31 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) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 20 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pasta z białek jaj z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 20 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 20 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82%tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82%tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82%tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 20 g Pomidor bezskóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku zmiksowane 350 g (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor bez skóry zmiksowany 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S			Galaretką owocową 150 g		Galaretką owocową 150 g	Galaretką owocową b/c 150 g			Galaretką owocową 150 g			Galaretką owocową 150 g
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet z dorsza smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet z dorsza smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet z dorsza smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet z dorsza smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 g (SEL) Filet z dorsza smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 150 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pierogi leniwe z masłem i bułką 250 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree bananowe 60 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree bananowe 60 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
	P		Sok pomidorowy 200 ml		Sok pomidorowy 200 ml					Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Ogórek świeży 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Cukinia pieczona 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Cukinia pieczona 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Cukinia pieczona 80 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Cukinia pieczona 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g Salata (2 liście) 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
ci	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt		Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt		Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)		Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt		Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)		
	Wartość en. [kcal]: 2348.93 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 83.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 349.33 g; suma cukrów prostych: 88.51 g; Sól: 7.00 g; Błonnik pokarmowy: 47.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2259.56 kcal; Białko ogółem: 99.82 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 354.77 g; suma cukrów prostych: 95.10 g; Sól: 5.91 g; Błonnik pokarmowy: 39.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2271.28 kcal; Białko ogółem: 104.10 g; Tłuszcz: 68.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 364.41 g; suma cukrów prostych: 100.18 g; Sól: 6.93 g; Błonnik pokarmowy: 41.87 g;	Wartość en. [kcal]: 2376.39 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 85.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 349.01 g; suma cukrów prostych: 88.28 g; Sól: 7.04 g; Błonnik pokarmowy: 47.60 g;	Wartość en. [kcal]: 2413.27 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 98.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 364.55 g; suma cukrów prostych: 100.39 g; Sól: 6.93 g; Błonnik pokarmowy: 41.87 g;	Wartość en. [kcal]: 2122.49 kcal; Białko ogółem: 98.43 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 313.85 g; suma cukrów prostych: 55.50 g; Sól: 7.78 g; Błonnik pokarmowy: 58.92 g;	Wartość en. [kcal]: 1901.32 kcal; Białko ogółem: 77.47 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw. tł. nasy.: 14.01 g; Węglowodany ogółem: 298.65 g; suma cukrów prostych: 46.41 g; Sól: 6.94 g; Błonnik pokarmowy: 60.22 g;	Wartość en. [kcal]: 1797.13 kcal; Białko ogółem: 91.96 g; Tłuszcz: 70.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 257.05 g; suma cukrów prostych: 49.16 g; Sól: 5.98 g; Błonnik pokarmowy: 50.50 g;	Wartość en. [kcal]: 2453.27 kcal; Białko ogółem: 105.38 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 323.13 g; suma cukrów prostych: 86.64 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g;	Wartość en. [kcal]: 2219.22 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 78.47 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 351.19 g; suma cukrów prostych: 71.21 g; Sól: 6.28 g; Błonnik pokarmowy: 51.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2266.84 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 323.42 g; suma cukrów prostych: 104.93 g; Sól: 5.36 g; Błonnik pokarmowy: 43.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2345.48 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 87.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 297.81 g; suma cukrów prostych: 113.24 g; Sól: 4.98 g; Błonnik pokarmowy: 15.73 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 Pakkowata
2025-11-01 sobota	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pomidor 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Salata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82%t. tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Kielbasa krakowska sucha 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82%t. tł. 10 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82%t. tł. 15 g (MLE) (GLU, SOJ) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor bez skóry 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82%t. tł. 15 g (MLE) (GLU, SOJ) Serek wiejski 100 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmkisowany 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S		Jabłko gotowane (150g) 1 szt		Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt	Banan (120g) 1 szt		Mus jabłkowy 100 g			
Obiad	Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (GLU, SEL) Kopytka 250 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczarkowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 400 ml (GLU, SEL) Kopytka 250 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczarkowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Kopytka 250 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczarkowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Kopytka 250 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczarkowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 250 ml (GLU, SEL) Kopytka 250 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczarkowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami zmkisowana 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami zmkisowane 300 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	P		Biskvity 5 szt (GLU, JAJ)		Biskvity 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe wielozłarniste 3 szt		Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)		Biskvity 5 szt (GLU, JAJ)			
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pasztet drobiowy 60 g (GLU, JAJ) Ćwikła z chrzanem 80 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Sznynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikła z jabłkiem 80 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Sznynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikła z jabłkiem 80 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Sznynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikła z jabłkiem 80 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Sznynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikła z jabłkiem 80 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pasztet drobiowy 60 g (GLU, JAJ) Papryka 80 g Mix salat 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Sznynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 80 g Mix salat 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (MLE) Sznynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikła z jabłkiem 80 g Mix salat 20 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Sznynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikła z jabłkiem 80 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Sznynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ćwikła z jabłkiem 80 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pasztet warzywny 100 g (GLU, JAJ) Ćwikła z jabłkiem 80 g Mix salat 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Sznynka miódowa z indyka zmkisowana 60 g (SOJ, SEL) Marchew baby gotowana 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	Ph	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)							Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem i z otrębami pszennymi 200 ml (GLU, SOJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem i z otrębami pszennymi 200 ml (GLU, SOJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
	Wartość en. [kcal]: 2398.92 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 83.11 g; Kw. tł. nasyc.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 345.19 g; suma cukrów prostych: 77.48 g; Sól: 7.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.70 g;	Wartość en. [kcal]: 2140.90 kcal; Białko ogółem: 90.85 g; Tłuszcz: 57.98 g; Kw. tł. nasyc.: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 325.13 g; suma cukrów prostych: 90.14 g; Sól: 6.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2291.19 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw. tł. nasyc.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 346.14 g; suma cukrów prostych: 102.04 g; Sól: 7.05 g; Błonnik pokarmowy: 24.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2145.47 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 62.25 g; Kw. tł. nasyc.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 348.83 g; suma cukrów prostych: 88.76 g; Sól: 7.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2327.87 kcal; Białko ogółem: 87.40 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasyc.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; suma cukrów prostych: 88.64 g; Sól: 8.05 g; Błonnik pokarmowy: 41.98 g;	Wartość en. [kcal]: 2322.09 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 67.30 g; Kw. tł. nasyc.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 310.29 g; suma cukrów prostych: 102.10 g; Sól: 7.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2118.78 kcal; Białko ogółem: 67.46 g; Tłuszcz: 76.29 g; Kw. tł. nasyc.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 310.29 g; suma cukrów prostych: 46.46 g; Sól: 6.52 g; Błonnik pokarmowy: 41.79 g;	Wartość en. [kcal]: 2075.68 kcal; Białko ogółem: 76.40 g; Tłuszcz: 68.03 g; Kw. tł. nasyc.: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 308.20 g; suma cukrów prostych: 43.84 g; Sól: 6.58 g; Błonnik pokarmowy: 45.94 g;	Wartość en. [kcal]: 1740.52 kcal; Białko ogółem: 68.44 g; Tłuszcz: 55.59 g; Kw. tł. nasyc.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 259.07 g; suma cukrów prostych: 55.11 g; Sól: 6.05 g; Błonnik pokarmowy: 35.15 g;	Wartość en. [kcal]: 2426.13 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 64.43 g; Kw. tł. nasyc.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 364.72 g; suma cukrów prostych: 109.07 g; Sól: 8.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2012.99 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 54.52 g; Kw. tł. nasyc.: 10.38 g; Węglowodany ogółem: 308.89 g; suma cukrów prostych: 75.41 g; Sól: 6.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.84 g;	Wartość en. [kcal]: 2294.79 kcal; Białko ogółem: 76.52 g; Tłuszcz: 62.96 g; Kw. tł. nasyc.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 373.38 g; suma cukrów prostych: 91.65 g; Sól: 6.70 g; Błonnik pokarmowy: 35.07 g;	Wartość en. [kcal]: 2239.07 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 59.30 g; Kw. tł. nasyc.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 341.98 g; suma cukrów prostych: 101.07 g; Sól: 6.80 g; Błonnik pokarmowy: 20.50 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
2025-11-02 niedziela	Śniadanie	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Ddynia pieczona z ziołami 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Ddynia pieczona z ziołami 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Ddynia pieczona z ziołami 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Papryka 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Ddynia pieczona z ziołami 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Ddynia pieczona z ziołami 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Sok marchwiowy 200 ml (GLU, MLE)
	II S		Wafle ryżowe 3 szt			Wafle ryżowe 3 szt	Wafle ryżowe wieloziarniste 3 szt		Wafle ryżowe 3 szt				
	Obiad	Zupagrysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 250 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Kolekt z jaj smażony 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana z bulką i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	P		Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml				Sok pomidorowy 200 ml
	Kolejka	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 30 g (MLE) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Salatka z ogórka kiszzonego, pomidora i koperku 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bezskóry 80 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 30 g (MLE) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bezskóry 50 g Salata (liść) 10 g Banian (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 30 g (MLE) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bezskóry 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ser topiony 30 g (MLE) Salatka z ogórka kiszzonego, pomidora i koperku 100 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ser topiony 30 g (MLE) Salatka z ogórka kiszzonego, pomidora i koperku 100 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ser topiony 30 g (MLE) Salata (liść) 10 g Pomidor 100 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Salatka z ogórka kiszzonego, pomidora i koperku 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Salatka z ogórka kiszzonego, pomidora i koperku 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Salatka z ogórka kiszzonego, pomidora i koperku 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Puree bananowe 60 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	Ł	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt						Napój sojowy fortyfikowany wapniem PBE, EKO 1L 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	
		Wartość en. [kcal]: 2387.62 kcal; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 77.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 331.11 g; suma cukrów prostych: 76.33 g; Sól: 6.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2379.04 kcal; Białko ogółem: 110.73 g; Tłuszcz: 69.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 340.40 g; suma cukrów prostych: 80.06 g; Sól: 6.30 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2459.60 kcal; Białko ogółem: 121.37 g; Tłuszcz: 59.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 372.20 g; suma cukrów prostych: 85.17 g; Sól: 7.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g;	Wartość en. [kcal]: 2229.63 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 63.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 322.85 g; suma cukrów prostych: 77.99 g; Sól: 6.53 g; Błonnik pokarmowy: 39.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2338.02 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 78.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 326.15 g; suma cukrów prostych: 78.09 g; Sól: 6.73 g; Błonnik pokarmowy: 39.50 g;	Wartość en. [kcal]: 2578.11 kcal; Białko ogółem: 114.98 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 293.85 g; suma cukrów prostych: 93.43 g; Sól: 7.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2105.22 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 69.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; suma cukrów prostych: 43.47 g; Sól: 7.41 g; Błonnik pokarmowy: 40.54 g;	Wartość en. [kcal]: 2021.52 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 71.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; suma cukrów prostych: 24.65 g; Sól: 7.55 g; Błonnik pokarmowy: 43.05 g;	Wartość en. [kcal]: 1816.22 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 246.20 g; suma cukrów prostych: 36.31 g; Sól: 5.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2245.52 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 74.88 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; suma cukrów prostych: 52.82 g; Sól: 5.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2501.61 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 93.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 343.48 g; suma cukrów prostych: 76.54 g; Sól: 6.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2384.82 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; suma cukrów prostych: 107.69 g; Sól: 6.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.71 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
2025-11-03 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Cwikła z chrzanem 80 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Cwikła z jabłkiem 80 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa lukusowawa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa lukusowawa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa lukusowawa 60 g Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Salata (liść) 10 g Papryka 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Salata (liść) 10 g Papryka 80 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Masło roślinne 15 g Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Salata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Parówka drobiowa 2 szt (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z pieczonego bakłażana 100 g Ser żółty 30 g (MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z pieczonego bakłażana 100 g Ser żółty 30 g (MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka zmkisowana 100 g Cwikła z jabłkiem zmkisowana 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g
	II S			Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)				Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)						Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Orzechy włoskie 10 g (ORZ) Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mieso wieprzowo-wolowe 80g) zmkisowany 150 g (GLU, SEL) Mus jabłkowy 100 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	P		Kisiel 150 g			Kisiel 150 g		Kisiel b/c 150 g			Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)			Kisiel 150 g
	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń miśliwska 60 g (SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Pieczeń miśliwska 60 g (SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pieczeń miśliwska 60 g (SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Hummus 80 g Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
2025-11-03 poniedziałek	Pr		Sok pomidorowy 200 ml						Napój sojowy fortyfikowany wapniem 150 ml (SOJ) Sok pomidorowy 100 ml	Sok pomidorowy 200 ml			Napój sojowy fortyfikowany wapniem 150 ml (SOJ) Sok pomidorowy 100 ml	Sok pomidorowy 200 ml
		Wartość en. [kcal]: 2632.51 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 85.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 371.15 g; suma cukrów prostych: 77.99 g; Sol: 7.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.80 g;	Wartość en. [kcal]: 2524.74 kcal; Białko ogółem: 94.88 g; Tłuszcz: 81.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 361.61 g; suma cukrów prostych: 92.84 g; Sol: 7.45 g; Błonnik pokarmowy: 17.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2269.37 kcal; Białko ogółem: 82.91 g; Tłuszcz: 48.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.41 g; Węglowodany ogółem: 384.20 g; suma cukrów prostych: 104.22 g; Sol: 5.73 g; Błonnik pokarmowy: 18.29 g;	Wartość en. [kcal]: 2399.27 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kw. tł. nasy.: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 352.35 g; suma cukrów prostych: 90.17 g; Sol: 7.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g;	Wartość en. [kcal]: 2324.07 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 72.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 340.38 g; suma cukrów prostych: 104.28 g; Sol: 7.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2321.55 kcal; Białko ogółem: 83.16 g; Tłuszcz: 53.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 335.32 g; suma cukrów prostych: 66.46 g; Sol: 5.72 g; Błonnik pokarmowy: 18.29 g;	Wartość en. [kcal]: 2409.79 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 87.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 335.32 g; suma cukrów prostych: 57.86 g; Sol: 7.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.53 g;	Wartość en. [kcal]: 2432.89 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 91.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 326.21 g; suma cukrów prostych: 57.86 g; Sol: 6.78 g; Błonnik pokarmowy: 39.23 g;	Wartość en. [kcal]: 1976.67 kcal; Białko ogółem: 79.89 g; Tłuszcz: 69.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 267.70 g; suma cukrów prostych: 54.63 g; Sol: 6.99 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2856.27 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 94.99 g; Kw. tł. nasy.: 40.98 g; Węglowodany ogółem: 385.01 g; suma cukrów prostych: 77.94 g; Sol: 7.76 g; Błonnik pokarmowy: 18.37 g;	Wartość en. [kcal]: 2579.08 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 91.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 353.60 g; suma cukrów prostych: 92.23 g; Sol: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g;	Wartość en. [kcal]: 2326.76 kcal; Białko ogółem: 80.73 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 359.26 g; suma cukrów prostych: 92.23 g; Sol: 5.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2453.99 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 401.69 g; suma cukrów prostych: 150.25 g; Sol: 7.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 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
2025-11-04 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z makreli 100 g (JAJ, RYB, SEL) Ogórek kiszony plastery 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Pomidor bez skóry 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony plastery 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony plastery 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony plastery 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony plastery 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Papryka 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Papryka 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 90 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S		Kefir naturalny 200 ml (MLE)			Kefir naturalny 200 ml (MLE)		Koktail bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Kefir naturalny 200 ml (MLE)				Kefir naturalny 200 ml (MLE)
	Obiad	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 150 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Solferino 250 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 150 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Solferino 250 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	P		Galaretką owocową 150 g			Galaretką owocową 150 g	Surówka z selera i jabłka z orzechami włoskimi 150 g (ORZ, SEL)			Galaretką owocową 150 g			Galaretką owocową 150 g
2025-11-05 środa	Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Sznynka królewiecka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Papryka 80 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Połędwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Połędwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Papryka 80 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Sznynka królewiecka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bez skóry 80 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Sznynka królewiecka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bez skóry 80 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Połędwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Papryka 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Papryka 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (MLE) Połędwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Ogórek kiszony 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Połędwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 80 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) Pasztet z kukinii 100 g Ogórek kiszony 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Połędwica miodowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	CI	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)					Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Sok pomidorowy 200 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)	Sok pomidorowy 200 ml	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)	Jogurt owocowy 150 g
		Wartość en. [kcal]: 2499.97 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 99.08 g; Kw. tł. nasyc.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 320.12 g; suma cukrów prostych: 77.64 g; Sól: 9.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;	Wartość en. [kcal]: 2481.57 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 93.14 g; Kw. tł. nasyc.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 327.91 g; suma cukrów prostych: 81.28 g; Sól: 5.41 g; Błonnik pokarmowy: 19.72 g;	Wartość en. [kcal]: 2488.07 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 85.77 g; Kw. tł. nasyc.: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; suma cukrów prostych: 89.43 g; Sól: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 19.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2377.56 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 94.15 g; Kw. tł. nasyc.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 316.03 g; suma cukrów prostych: 83.26 g; Sól: 5.74 g; Błonnik pokarmowy: 42.92 g;	Wartość en. [kcal]: 2537.79 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 89.83 g; Kw. tł. nasyc.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 344.17 g; suma cukrów prostych: 91.95 g; Sól: 5.41 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g;	Wartość en. [kcal]: 2355.40 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz: 103.53 g; Kw. tł. nasyc.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 288.55 g; suma cukrów prostych: 52.85 g; Sól: 8.54 g; Błonnik pokarmowy: 46.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2301.06 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 100.56 g; Kw. tł. nasyc.: 13.55 g; Węglowodany ogółem: 284.33 g; suma cukrów prostych: 47.51 g; Sól: 9.44 g; Błonnik pokarmowy: 51.53 g;	Wartość en. [kcal]: 1856.27 kcal; Białko ogółem: 80.77 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw. tł. nasyc.: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 221.07 g; suma cukrów prostych: 45.27 g; Sól: 5.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2635.97 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 102.14 g; Kw. tł. nasyc.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 320.65 g; suma cukrów prostych: 89.47 g; Sól: 6.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.16 g;	Wartość en. [kcal]: 2430.48 kcal; Białko ogółem: 81.67 g; Tłuszcz: 97.32 g; Kw. tł. nasyc.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 346.06 g; suma cukrów prostych: 81.85 g; Sól: 6.72 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2385.66 kcal; Białko ogółem: 75.63 g; Tłuszcz: 83.32 g; Kw. tł. nasyc.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 320.65 g; suma cukrów prostych: 81.85 g; Sól: 6.72 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2455.17 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Tłuszcz: 92.94 g; Kw. tł. nasyc.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 312.94 g; suma cukrów prostych: 87.78 g; Sól: 5.71 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g;

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata	
Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Papryka 50 g Ogórek świeży 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) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Dymia pieczona z ziołami 80 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) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Dymia pieczona z ziołami 80 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) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Papryka 50 g Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Papryka 50 g Ogórek świeży 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) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Papryka 50 g Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82%tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Papryka 50 g Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Papryka 50 g Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82%tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Papryka 50 g Ogórek świeży 50 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) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Papryka 50 g Dymia pieczona z ziołami 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 Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Papryka 50 g Dymia pieczona z ziołami 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82%tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82%tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Dymia pieczona puree 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	
II ś			Sok owocowo-warzywny 200 ml				Sok owocowo-warzywny 200 ml			Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)			Sok owocowo-warzywny 200 ml Chrupki kukurydziane 10 g	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Gruszka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Gruszka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Gruszka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Banan (120g) 1szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Gruszka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Banan (120g) 1szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Banan (120g) 1szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Banan (120g) 1szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Banan (120g) 1szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Burger warzywny 150 g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Gruszka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Gruszka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Gruszka 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	
P			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)			Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Rozspanka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Ser biały 70 g (MLE) Rozspanka 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Ser biały 70 g (MLE) Rozspanka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Ser biały 70 g (MLE) Rozspanka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Ser biały 70 g (MLE) Rozspanka 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Ser biały 70 g (MLE) Rozspanka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Rozspanka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Ser biały 70 g (MLE) Rozspanka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Ser biały 70 g (MLE) Rozspanka 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Rozspanka 20 g Pomidor bezskóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Rozspanka 20 g Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pasta twarogowa z koperkiem i oliwą 100 g (MLE) Pomidor bez skóry zniksowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Pomidor bez skóry zniksowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
ci	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)						Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)
	Wartość en. [kcal]: 2487.75 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 93.00 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 342.97 g; suma cukrów prostych: 81.31 g; Sól: 6.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2436.05 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 365.28 g; suma cukrów prostych: 94.02 g; Sól: 7.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2596.38 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 71.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 400.00 g; suma cukrów prostych: 119.29 g; Sól: 7.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2206.53 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; suma cukrów prostych: 71.43 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;	Wartość en. [kcal]: 2204.81 kcal; Białko ogółem: 85.10 g; Tłuszcz: 64.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 342.23 g; suma cukrów prostych: 85.16 g; Sól: 7.59 g; Błonnik pokarmowy: 40.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2638.05 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 75.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 402.58 g; suma cukrów prostych: 120.72 g; Sól: 7.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g;	Wartość en. [kcal]: 2064.78 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 62.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 314.23 g; suma cukrów prostych: 71.65 g; Sól: 7.70 g; Błonnik pokarmowy: 44.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2083.84 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 11.42 g; Węglowodany ogółem: 290.13 g; suma cukrów prostych: 61.64 g; Sól: 8.71 g; Błonnik pokarmowy: 49.05 g;	Wartość en. [kcal]: 1901.18 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.18 g; Węglowodany ogółem: 281.90 g; suma cukrów prostych: 71.66 g; Sól: 6.80 g; Błonnik pokarmowy: 39.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2746.03 kcal; Białko ogółem: 122.61 g; Tłuszcz: 79.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 393.44 g; suma cukrów prostych: 119.16 g; Sól: 7.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;	Wartość en. [kcal]: 2326.35 kcal; Białko ogółem: 87.36 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 13.87 g; Węglowodany ogółem: 338.62 g; suma cukrów prostych: 77.21 g; Sól: 8.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.96 g;	Wartość en. [kcal]: 2153.06 kcal; Białko ogółem: 69.39 g; Tłuszcz: 78.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 306.94 g; suma cukrów prostych: 81.55 g; Sól: 5.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;	Wartość en. [kcal]: 2507.95 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 71.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 381.59 g; suma cukrów prostych: 116.26 g; Sól: 7.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g;	

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku żol.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
2025-11-06 czwartek	Śniadanie	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (liść) 10 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (liść) 10 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) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (liść) 10 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (SEL) Salata (liść) 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie na mleku zmkisowane 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta mięsna z natką pietruszki 100 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S		Biszkopcy 5 szt (GLU, JAJ)		Biszkopcy 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe 3 szt		Biszkopcy 5szt (GLU, JAJ)				Biszkopcy 5 szt (GLU, JAJ)	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Kotlet mielony wp. smażony 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane z kalafiorom 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane z kalafiorom 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane z kalafiorom 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 250 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane z kalafiorom 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 250 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane z kalafiorom 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Kotlet z jaj smażony 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane z kalafiorom 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Kotlet z jaj smażony 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane z kalafiorom 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym zmkisowana 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Buraczki gotowane puree 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 (GLU, MLE)		Kanapka z bulki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82% (5g) z wędliną drobiową (30g) i pomidorem (20g) 1 szt (GLU, MLE)		Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82% (5g) z wędliną drobiową (30g) i pomidorem (20g) 1 szt (GLU, MLE)				Kanapka z bulki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g)namoczona 1 szt (GLU, MLE)
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) 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) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) 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) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml Biszkopcy 5 szt (GLU, JAJ)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) 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) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Salatka grecka (salata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE) Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salatka grecka (salata, pomidor, oliwa) 150 g (MLE) Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) 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) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) 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) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Salatka grecka (salata, pomidor, oliwa) 150 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) 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) Ser żółty 50 g (MLE) 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) Poledwica sopocka drobiowa zmkisowana 60 g (GLU, SOJ) Puree bananowe 60 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	
ci	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt							Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt			Napój sojowy fortyfikowany wapniem PBE. EKO 1L 200 ml (SOJ)	
	Wartość en. [kcal]: 2422.18 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 68.17 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 355.86 g; suma cukrów prostych: 96.01 g; Sól: 6.80 g; Błonnik pokarmowy: 31.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2508.79 kcal; Białko ogółem: 119.51 g; Tłuszcz: 72.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 359.45 g; suma cukrów prostych: 94.35 g; Sól: 6.41 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;	Wartość en. [kcal]: 2793.83 kcal; Białko ogółem: 136.56 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 388.24 g; suma cukrów prostych: 95.15 g; Sól: 7.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g;	Wartość en. [kcal]: 2421.84 kcal; Białko ogółem: 112.55 g; Tłuszcz: 72.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 350.28 g; suma cukrów prostych: 100.17 g; Sól: 6.83 g; Błonnik pokarmowy: 42.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2851.84 kcal; Białko ogółem: 133.09 g; Tłuszcz: 93.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 382.79 g; suma cukrów prostych: 95.99 g; Sól: 7.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2438.48 kcal; Białko ogółem: 118.50 g; Tłuszcz: 78.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 336.51 g; suma cukrów prostych: 53.43 g; Sól: 7.43 g; Błonnik pokarmowy: 46.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2394.59 kcal; Białko ogółem: 118.18 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; Węglowodany ogółem: 318.35 g; suma cukrów prostych: 44.86 g; Sól: 8.00 g; Błonnik pokarmowy: 48.83 g;	Wartość en. [kcal]: 1907.10 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 63.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.22 g; Węglowodany ogółem: 247.17 g; suma cukrów prostych: 48.86 g; Sól: 5.35 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g;	Wartość en. [kcal]: 2399.33 kcal; Białko ogółem: 134.30 g; Tłuszcz: 97.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.40 g; Węglowodany ogółem: 397.07 g; suma cukrów prostych: 96.85 g; Sól: 7.89 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2609.59 kcal; Białko ogółem: 115.68 g; Tłuszcz: 82.52 g; Kw. tł. nasy.: 14.34 g; Węglowodany ogółem: 361.73 g; suma cukrów prostych: 72.20 g; Sól: 6.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2617.82 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 96.48 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 351.44 g; suma cukrów prostych: 91.34 g; Sól: 6.32 g; Błonnik pokarmowy: 35.80 g;	Wartość en. [kcal]: 2767.14 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 87.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 377.92 g; suma cukrów prostych: 116.48 g; Sól: 8.15 g; Błonnik pokarmowy: 24.70 g;	

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.10.17

	1 Szpital Gostynin DP Podstawowa	1 Szpital Gostynin DP Łatwostrawna	1 Szpital Gostynin DP Łatwostawna z ograniczeniem tłuszczu	1 DP Niskocholesterolowa	1 DP Bogatoresztkowa	1 DP Ł. z ogr. wdz. soku zól.	1 DP z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl.	1 DP Cukrzycowa bezmleczna	1 DP Ubogoenerget.	1 DP Bogatobiałkowa	1 DP Bezmleczna	1 DP Wegetariańska	1 DP Papkowata
Śniadanie	Płatki i otręby pszenne na mleku 350g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasztet z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Dymna pieczona z ziolami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Dymna pieczona z ziolami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasztet z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasztet z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pasztet z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82%t. tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g (GLU, JAJ) Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasztet z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mleka b/c 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, JAJ) Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasztet z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (GLU)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82%t. tł. 10 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasztet z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Dymna pieczona z ziolami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasztet z fasoli czerwonej 80 g (GLU, JAJ) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Dżem 30 g Pasztet z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350g (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82%t. tł. 15 g (MLE) Połędwica miódowa drobiowa zmkisowana 60 g (GLU, SOJ) Dymna pieczona z ziolami puree 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
			Banan (120g) 1 szt			Banan (120g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt			Kefir naturalny 200 ml (MLE)			Puree bananowe 100 g
Obiad	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Kalafiorowa 250 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 150 g (GLU, SEL) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
			Kisiel 150 g			Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g			Budyń 150 g (MLE)			Kisiel 150 g
Kolacja	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Ogórek kiszony plastery 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 80 g Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Pasta z białka jaj gotowanego 1 szt (JAJ) Pomidor bez skóry 80 g Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Ogórek kiszony plastery 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Ogórek kiszony plastery 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (MLE) Schab pieczony zmkisowany 60 g (SOJ) Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml
	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	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	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt
E	Wartość en. [kcal]: 2464.79 kcal; Białko ogółem: 113.48 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 365.89 g; suma cukrów prosty: 90.47 g; Sol: 8.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2509.35 kcal; Białko ogółem: 115.32 g; Tłuszcz: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 370.04 g; suma cukrów prosty: 100.08 g; Sol: 5.56 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;	Wartość en. [kcal]: 2606.53 kcal; Białko ogółem: 120.85 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 402.21 g; suma cukrów prosty: 96.52 g; Sol: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.09 g;	Wartość en. [kcal]: 2374.64 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 360.23 g; suma cukrów prosty: 92.23 g; Sol: 6.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.97 g;	Wartość en. [kcal]: 2375.35 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 401.87 g; suma cukrów prosty: 92.23 g; Sol: 6.45 g; Błonnik pokarmowy: 40.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2659.43 kcal; Białko ogółem: 116.28 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 402.93 g; suma cukrów prosty: 126.40 g; Sol: 5.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.09 g;	Wartość en. [kcal]: 2138.37 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; suma cukrów prosty: 77.59 g; Sol: 6.58 g; Błonnik pokarmowy: 38.92 g;	Wartość en. [kcal]: 2053.47 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 12.95 g; Węglowodany ogółem: 304.52 g; suma cukrów prostych: 55.93 g; Sol: 6.71 g; Błonnik pokarmowy: 41.32 g;	Wartość en. [kcal]: 1679.40 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 44.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.10 g; Węglowodany ogółem: 238.20 g; suma cukrów prostych: 55.93 g; Sol: 4.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g;	Wartość en. [kcal]: 2778.80 kcal; Białko ogółem: 131.35 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 405.35 g; suma cukrów prosty: 127.03 g; Sol: 6.28 g; Błonnik pokarmowy: 22.51 g;	Wartość en. [kcal]: 2315.21 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 64.31 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 346.95 g; suma cukrów prostych: 69.05 g; Sol: 5.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.28 g;	Wartość en. [kcal]: 2323.31 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 56.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 389.29 g; suma cukrów prostych: 153.83 g; Sol: 6.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2504.18 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; Tłuszcz: 67.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 368.71 g; suma cukrów prosty: 132.19 g; Sol: 6.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 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 żół.	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	
2025-11-09 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350g (<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>) Szynka miódowa z indyka 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Szynka miódowa z indyka 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82%t. tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa bez mleka b/c 300 ml (<i>GLU</i>) Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82%t. tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82%t. tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na warzywie jarzynowym 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82%t. tł. 15 g (<i>MLE</i>) Ser żółty 50 g (<i>MLE</i>) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na mleku 350g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Masło 82%t. tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka miódowa z indyka zniksomowana 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Salatka jarzynowa zniksomowana 150 (<i>JAJ, SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)
	II ś			Jabłko gotowane (150g) 1 szt			Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt		Surówka z marchwi z selerem i olejem 150 g (<i>SEL</i>)	Kefir naturalny 200 ml (<i>MLE</i>)			Mus jabłkowy 100 g
2025-11-09 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Sliwka (50g) 100 g	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan (120g) 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan (120g) 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan (120g) 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Sliwka (50g) 100 g	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml Sliwka (50g) 100 g	Rosół z makaronem 250 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml Sliwka (50g) 100 g	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan (120g) 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Sliwka (50g) 100 g	Rosół jarki z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Tofu w sosie szpinakowym (sos 80g) 70 g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>) 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 Sliwka (50g) 100 g	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan puree 0,5szt	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Banan puree 0,5szt	
	P			Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)
2025-11-09 niedziela	Kolejacja	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 (<i>MLE</i>) Papryka 80 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>) Twarożek z koperkiem 100 (<i>MLE</i>) Pomidor bezskóry 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>) Twarożek z koperkiem 100 (<i>MLE</i>) Papryka 80 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>) Twarożek z koperkiem 100 (<i>MLE</i>) Pomidor bezskóry 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>) Twarożek z koperkiem 100 (<i>MLE</i>) Papryka 80 Sałata (2 liście) 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo razowe 130 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Papryka 80 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>) Twarożek z koperkiem 100 (<i>MLE</i>) Papryka 80 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>) Twarożek z koperkiem 100 (<i>MLE</i>) Papryka 80 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>) Twarożek z koperkiem 100 (<i>MLE</i>) Papryka 80 Sałata (2 liście) 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 Szynka miódowa z indyka 60 (<i>SOJ, SEL</i>) Sałata (2 liście) 20 g Papryka 80 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 (<i>MLE</i>) Sałata (2 liście) 20 g Papryka 80 Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska namoczona 130 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61%tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twarożek zniksomowany z pomidorem 200 (<i>MLE</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	
	En	Jogurt naturalny 100g 1 szt(<i>MLE</i>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt(<i>MLE</i>) Otreby pszenne 3 g (<i>GLU</i>) Orzech włoskie 10 g (<i>ORZ</i>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt(<i>MLE</i>) Otreby pszenne 3 g (<i>GLU</i>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt(<i>MLE</i>)	Koktajl z jabłka i napoju sojowego fortyfikowanego wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt(<i>MLE</i>) Otreby pszenne 3 g (<i>GLU</i>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt(<i>MLE</i>)	Koktajl z jabłka i napoju sojowego fortyfikowanego wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt(<i>MLE</i>)		
2025-11-09 niedziela		Wartość en. [kcal]: 2339.15 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 342.72 g; suma cukrów prostych: 73.71 g; Sól: 6.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g;	Wartość en. [kcal]: 2546.46 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 374.74 g; suma cukrów prostych: 95.28 g; Sól: 7.92 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2609.97 kcal; Białko ogółem: 119.82 g; Tłuszcz: 61.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.82 g; Węglowodany ogółem: 405.29 g; suma cukrów prostych: 106.59 g; Sól: 8.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;	Wartość en. [kcal]: 2287.38 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 68.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 341.47 g; suma cukrów prostych: 77.61 g; Sól: 7.51 g; Błonnik pokarmowy: 42.70 g;	Wartość en. [kcal]: 2280.16 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 339.52 g; suma cukrów prostych: 77.05 g; Sól: 7.89 g; Błonnik pokarmowy: 42.67 g;	Wartość en. [kcal]: 2765.45 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 82.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 404.34 g; suma cukrów prostych: 106.31 g; Sól: 8.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2245.22 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 74.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 319.83 g; suma cukrów prostych: 48.89 g; Sól: 9.07 g; Błonnik pokarmowy: 47.15 g;	Wartość en. [kcal]: 2325.85 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 83.33 g; Kw. tł. nasy.: 14.24 g; Węglowodany ogółem: 238.87 g; suma cukrów prostych: 38.98 g; Sól: 10.64 g; Błonnik pokarmowy: 52.21 g;	Wartość en. [kcal]: 1807.67 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz: 66.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 328.87 g; suma cukrów prostych: 43.01 g; Sól: 6.97 g; Błonnik pokarmowy: 41.09 g;	Wartość en. [kcal]: 2810.70 kcal; Białko ogółem: 118.73 g; Tłuszcz: 85.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 400.49 g; suma cukrów prostych: 103.89 g; Sól: 8.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;	Wartość en. [kcal]: 2247.66 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 8.93 g; Węglowodany ogółem: 329.11 g; suma cukrów prostych: 58.87 g; Sól: 8.64 g; Błonnik pokarmowy: 37.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2365.26 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 343.76 g; suma cukrów prostych: 75.34 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g;	Wartość en. [kcal]: 2757.23 kcal; Białko ogółem: 126.85 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 379.95 g; suma cukrów prostych: 118.36 g; Sól: 7.61 g; Błonnik pokarmowy: 22.86 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,