

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3łata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-01 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Zacierka na mleku 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>
	II Ś	Mus owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt				
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml					Rosół z makaronem 150 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 80 g Filet z kurczaka w sosie 80 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 75 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko suszone 1 szt	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Jabłko suszone 1 szt		Jabłko 1 szt	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>				
		Wart. en.: 1938.27 kcal; Białko: 101.90 g; Tłuszcz: 51.93 g; Kw. tł. nas.: 20.75 g; Węglow. ogółem: 277.01 g; Cukry proste: 69.96 g; Sód: 1767.66 mg; Błonnik: 21.81 g;	Wart. en.: 2082.86 kcal; Białko: 105.92 g; Tłuszcz: 78.70 g; Kw. tł. nas.: 35.67 g; Węglow. ogółem: 253.92 g; Cukry proste: 33.07 g; Sód: 2541.08 mg; Błonnik: 31.98 g;	Wart. en.: 1872.72 kcal; Białko: 99.68 g; Tłuszcz: 45.85 g; Kw. tł. nas.: 19.81 g; Węglow. ogółem: 276.48 g; Cukry proste: 70.83 g; Sód: 1457.34 mg; Błonnik: 21.80 g;	Wart. en.: 1938.27 kcal; Białko: 101.90 g; Tłuszcz: 51.93 g; Kw. tł. nas.: 20.75 g; Węglow. ogółem: 277.01 g; Cukry proste: 69.96 g; Sód: 1767.66 mg; Błonnik: 21.81 g;	Wart. en.: 1360.79 kcal; Białko: 73.93 g; Tłuszcz: 38.49 g; Kw. tł. nas.: 19.19 g; Węglow. ogółem: 186.60 g; Cukry proste: 75.36 g; Sód: 980.44 mg; Błonnik: 13.49 g;	Wart. en.: 2174.92 kcal; Białko: 114.68 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nas.: 23.60 g; Węglow. ogółem: 321.90 g; Cukry proste: 85.65 g; Sód: 1603.03 mg; Błonnik: 22.84 g;	

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwotrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-11-01 niedziela	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Mus owocowy 1 szt					Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml					Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko suszone 1 szt					Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleńiną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml					Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleńiną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleńiną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>					Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	
		Wart. en.: 2240.47 kcal; Białko: 116.90 g; Tłuszcz: 58.97 g; Kw. tł. nas.: 24.55 g; Węglow. ogółem: 322.43 g; Cukry proste: 84.78 g; Sód: 1913.35 mg; Błonnik: 22.85 g;		Wart. en.: 1934.90 kcal; Białko: 101.18 g; Tłuszcz: 51.42 g; Kw. tł. nas.: 20.71 g; Węglow. ogółem: 278.35 g; Cukry proste: 74.18 g; Sód: 1779.47 mg; Błonnik: 22.40 g;		Wart. en.: 2079.50 kcal; Białko: 105.19 g; Tłuszcz: 78.19 g; Kw. tł. nas.: 35.62 g; Węglow. ogółem: 255.26 g; Cukry proste: 37.29 g; Sód: 2552.89 mg; Błonnik: 32.57 g;	Wart. en.: 1869.36 kcal; Białko: 98.96 g; Tłuszcz: 45.34 g; Kw. tł. nas.: 19.76 g; Węglow. ogółem: 277.82 g; Cukry proste: 75.04 g; Sód: 1469.15 mg; Błonnik: 22.39 g;	Wart. en.: 1938.17 kcal; Białko: 101.91 g; Tłuszcz: 51.93 g; Kw. tł. nas.: 20.75 g; Węglow. ogółem: 276.99 g; Cukry proste: 69.96 g; Sód: 1769.16 mg; Błonnik: 21.81 g;	

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-01 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	
	II ś	Mus owocowy 1 szt		
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jabłko suszone 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleniny 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>		
		Wart. en.: 1869.36 kcal; Białko: 98.96 g; Tłuszcz: 45.34 g; Kw. tł. nas.: 19.76 g; Węglow. ogółem: 277.82 g; Cukry proste: 75.04 g; Sód: 1469.15 mg; Błonnik: 22.39 g;	Wart. en.: 2240.47 kcal; Białko: 116.90 g; Tłuszcz: 58.97 g; Kw. tł. nas.: 24.55 g; Węglow. ogółem: 322.43 g; Cukry proste: 84.78 g; Sód: 1913.35 mg; Błonnik: 22.85 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-02 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 100 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II ś	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>						
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Łazanki 250 g, Zawiera: <u>GLU</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryna 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryna 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa ziemniaczana 150 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza jęczmienna 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z buraczków 75 g Woda z cytryna 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryna 200 ml
	P	Jabłko 1 szt						
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokulem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokulem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokulem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Mus owocowy 1 szt		Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	
	Wart. en.: 2294.95 kcal; Białko: 89.06 g; Tłuszcz: 56.77 g; Kw. tł. nas.: 22.76 g; Węglow. ogółem: 371.14 g; Cukry proste: 58.70 g; Sód: 2687.62 mg; Błonnik: 28.73 g;	Wart. en.: 2241.11 kcal; Białko: 82.52 g; Tłuszcz: 59.81 g; Kw. tł. nas.: 22.24 g; Węglow. ogółem: 357.22 g; Cukry proste: 73.85 g; Sód: 1701.77 mg; Błonnik: 28.33 g;	Wart. en.: 2136.82 kcal; Białko: 97.69 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nas.: 27.10 g; Węglow. ogółem: 309.63 g; Cukry proste: 52.06 g; Sód: 2079.47 mg; Błonnik: 37.03 g;	Wart. en.: 2006.83 kcal; Białko: 77.89 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nas.: 20.30 g; Węglow. ogółem: 324.85 g; Cukry proste: 71.15 g; Sód: 1615.81 mg; Błonnik: 24.99 g;	Wart. en.: 2339.01 kcal; Białko: 108.12 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nas.: 28.86 g; Węglow. ogółem: 329.87 g; Cukry proste: 66.04 g; Sód: 2079.75 mg; Błonnik: 27.56 g;	Wart. en.: 1353.90 kcal; Białko: 58.39 g; Tłuszcz: 40.36 g; Kw. tł. nas.: 19.28 g; Węglow. ogółem: 196.77 g; Cukry proste: 66.00 g; Sód: 1148.07 mg; Błonnik: 14.90 g;	Wart. en.: 2297.43 kcal; Białko: 90.77 g; Tłuszcz: 55.81 g; Kw. tł. nas.: 23.93 g; Węglow. ogółem: 371.11 g; Cukry proste: 85.93 g; Sód: 1757.10 mg; Błonnik: 25.95 g;	

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-11-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	II ś	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>						
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Łazanki 250 g, Zawiera: <u>GLU</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Łazanki 250 g, Zawiera: <u>GLU</u> Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jabłko 1 szt						
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokułem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokułem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokułem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Mus owocowy 1 szt				Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2531.71 kcal; Białko: 95.40 g; Tłuszcz: 66.09 g; Kw. tł. nas.: 25.87 g; Węglow. ogółem: 403.48 g; Cukry proste: 88.63 g; Sód: 1843.06 mg; Błonnik: 29.29 g;	Wart. en.: 2060.67 kcal; Białko: 84.42 g; Tłuszcz: 46.49 g; Kw. tł. nas.: 20.82 g; Węglow. ogółem: 338.77 g; Cukry proste: 56.00 g; Sód: 2601.67 mg; Błonnik: 25.39 g;	Wart. en.: 2006.83 kcal; Białko: 77.89 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nas.: 20.30 g; Węglow. ogółem: 324.85 g; Cukry proste: 71.15 g; Sód: 1615.81 mg; Błonnik: 24.99 g;	Wart. en.: 1902.55 kcal; Białko: 93.05 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nas.: 25.16 g; Węglow. ogółem: 277.25 g; Cukry proste: 49.36 g; Sód: 1993.51 mg; Błonnik: 33.68 g;	Wart. en.: 2006.83 kcal; Białko: 77.89 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nas.: 20.30 g; Węglow. ogółem: 324.85 g; Cukry proste: 71.15 g; Sód: 1615.81 mg; Błonnik: 24.99 g;	Wart. en.: 2585.55 kcal; Białko: 101.94 g; Tłuszcz: 63.05 g; Kw. tł. nas.: 26.39 g; Węglow. ogółem: 417.40 g; Cukry proste: 73.48 g; Sód: 2828.91 mg; Błonnik: 29.69 g;	

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-02 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Poledwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	II ś	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>		
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Łazanki 250 g, Zawiera: <u>GLU</u> Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jabłko 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Poledwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokulem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Mus owocowy 1 szt		
		Wart. en.: 1918.32 kcal; Białko: 81.76 g; Tłuszcz: 49.72 g; Kw. tł. nas.: 20.46 g; Węglow. ogółem: 298.18 g; Cukry proste: 70.91 g; Sód: 1841.53 mg; Błonnik: 24.25 g;	Wart. en.: 2585.55 kcal; Białko: 101.94 g; Tłuszcz: 63.05 g; Kw. tł. nas.: 26.39 g; Węglow. ogółem: 417.40 g; Cukry proste: 73.48 g; Sód: 2828.91 mg; Błonnik: 29.69 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-03 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II S	Banany szt 1 szt		Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt			
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z kurczaka panierowany 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml		Zupa grysikowa 150 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 70 g Filet z pieca 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Marchew oprószana 75 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml
	P	Smoothie 250 ml		Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>		Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>			
		Wart. en.: 2623.37 kcal; Białko: 79.93 g; Tłuszcz: 107.71 g; Kw. tł. nas.: 54.02 g; Węglow. ogółem: 349.44 g; Cukry proste: 106.08 g; Sód: 2236.82 mg; Błonnik: 31.24 g;	Wart. en.: 2477.20 kcal; Białko: 83.75 g; Tłuszcz: 94.81 g; Kw. tł. nas.: 52.96 g; Węglow. ogółem: 337.75 g; Cukry proste: 106.45 g; Sód: 2152.49 mg; Błonnik: 30.61 g;	Wart. en.: 1866.34 kcal; Białko: 97.17 g; Tłuszcz: 65.67 g; Kw. tł. nas.: 30.07 g; Węglow. ogółem: 236.37 g; Cukry proste: 33.76 g; Sód: 2659.33 mg; Błonnik: 28.77 g;	Wart. en.: 2231.19 kcal; Białko: 78.94 g; Tłuszcz: 71.78 g; Kw. tł. nas.: 42.91 g; Węglow. ogółem: 332.63 g; Cukry proste: 105.06 g; Sód: 1895.58 mg; Błonnik: 30.21 g;	Wart. en.: 2372.45 kcal; Białko: 100.33 g; Tłuszcz: 100.64 g; Kw. tł. nas.: 56.77 g; Węglow. ogółem: 278.95 g; Cukry proste: 55.15 g; Sód: 2591.24 mg; Błonnik: 24.36 g;	Wart. en.: 1544.08 kcal; Białko: 53.31 g; Tłuszcz: 48.73 g; Kw. tł. nas.: 29.31 g; Węglow. ogółem: 6547.43 g; Cukry proste: 5674.31 g; Sód: 35789.21 mg; Błonnik: 639.17 g;	Wart. en.: 2493.39 kcal; Białko: 92.44 g; Tłuszcz: 78.26 g; Kw. tł. nas.: 46.57 g; Węglow. ogółem: 370.58 g; Cukry proste: 119.91 g; Sód: 2035.07 mg; Błonnik: 30.93 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwosotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-11-03 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Banany szt 1 szt					Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml		Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z kurczaka panierowany 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z kurczaka panierowany 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	
	P	Smoothie 250 ml					Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml					Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>					Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	
		Wart. en.: 2739.40 kcal; Białko: 97.25 g; Tłuszcz: 101.29 g; Kw. tł. nas.: 56.62 g; Węglow. ogółem: 375.70 g; Cukry proste: 121.30 g; Sód: 2291.97 mg; Błonnik: 31.33 g;		Wart. en.: 2623.37 kcal; Białko: 79.93 g; Tłuszcz: 107.71 g; Kw. tł. nas.: 54.02 g; Węglow. ogółem: 349.44 g; Cukry proste: 106.08 g; Sód: 2236.82 mg; Błonnik: 31.24 g;		Wart. en.: 2477.20 kcal; Białko: 83.75 g; Tłuszcz: 94.81 g; Kw. tł. nas.: 52.96 g; Węglow. ogółem: 337.75 g; Cukry proste: 106.45 g; Sód: 2152.49 mg; Błonnik: 30.61 g;	Wart. en.: 1866.34 kcal; Białko: 97.17 g; Tłuszcz: 65.67 g; Kw. tł. nas.: 30.07 g; Węglow. ogółem: 236.37 g; Cukry proste: 33.76 g; Sód: 2659.33 mg; Błonnik: 28.77 g;	Wart. en.: 2231.19 kcal; Białko: 78.94 g; Tłuszcz: 71.78 g; Kw. tł. nas.: 42.91 g; Węglow. ogółem: 332.63 g; Cukry proste: 105.06 g; Sód: 1895.58 mg; Błonnik: 30.21 g;	Wart. en.: 2885.57 kcal; Białko: 93.43 g; Tłuszcz: 114.19 g; Kw. tł. nas.: 57.69 g; Węglow. ogółem: 387.39 g; Cukry proste: 120.93 g; Sód: 2376.31 mg; Błonnik: 31.96 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-03 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	II S	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 150 g Filet z kurczaka panierowany 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	
	P	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>		
		Wart. en.: 2126.44 kcal; Białko: 95.51 g; Tłuszcz: 77.60 g; Kw. tł. nas.: 46.71 g; Węglow. ogółem: 273.83 g; Cukry proste: 53.76 g; Sód: 2334.33 mg; Błonnik: 23.96 g;	Wart. en.: 2885.57 kcal; Białko: 93.43 g; Tłuszcz: 114.19 g; Kw. tł. nas.: 57.69 g; Węglow. ogółem: 387.39 g; Cukry proste: 120.93 g; Sód: 2376.31 mg; Błonnik: 31.96 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-04 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Zacierka na mleku 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 30 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>
	II Ś	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt			
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Zraz schabowy 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Zraz schabowy 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml				Zupa pomidorowa z makaronem 150 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 80 g Zraz schabowy 60 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 30 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Zraz schabowy 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml
	P	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Ciasto drożdżowe 40 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>				
		Wart. en.: 2000.52 kcal; Białko: 100.56 g; Tłuszcz: 65.18 g; Kw. tł. nas.: 24.14 g; Węglow. ogółem: 262.87 g; Cukry proste: 49.89 g; Sód: 1863.05 mg; Błonnik: 19.47 g;	Wart. en.: 1950.88 kcal; Białko: 99.71 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nas.: 23.50 g; Węglow. ogółem: 274.59 g; Cukry proste: 57.98 g; Sód: 1916.35 mg; Błonnik: 23.44 g;	Wart. en.: 1893.12 kcal; Białko: 93.30 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw. tł. nas.: 33.83 g; Węglow. ogółem: 231.95 g; Cukry proste: 26.36 g; Sód: 2521.88 mg; Błonnik: 33.08 g;	Wart. en.: 1901.07 kcal; Białko: 100.57 g; Tłuszcz: 49.30 g; Kw. tł. nas.: 22.83 g; Węglow. ogółem: 275.56 g; Cukry proste: 59.17 g; Sód: 1805.27 mg; Błonnik: 23.40 g;	Wart. en.: 1950.88 kcal; Białko: 99.71 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nas.: 23.50 g; Węglow. ogółem: 274.59 g; Cukry proste: 57.98 g; Sód: 1916.35 mg; Błonnik: 23.44 g;	Wart. en.: 1374.87 kcal; Białko: 75.54 g; Tłuszcz: 44.82 g; Kw. tł. nas.: 21.36 g; Węglow. ogółem: 174.56 g; Cukry proste: 52.13 g; Sód: 1172.89 mg; Błonnik: 14.13 g;	Wart. en.: 2203.27 kcal; Białko: 115.57 g; Tłuszcz: 56.34 g; Kw. tł. nas.: 26.63 g; Węglow. ogółem: 320.98 g; Cukry proste: 73.99 g; Sód: 1950.95 mg; Błonnik: 24.44 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąży i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-11-04 środa	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Zraz schabowy 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Zraz schabowy 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos pieczarkowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Zraz schabowy 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Zraz schabowy 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos pieczarkowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml		
	P	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>				Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml			Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>				Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	
		Wart. en.: 2253.08 kcal; Białko: 114.71 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw. tł. nas.: 27.30 g; Węglow. ogółem: 320.01 g; Cukry proste: 72.80 g; Sód: 2062.03 mg; Błonnik: 24.48 g;	Wart. en.: 2000.52 kcal; Białko: 100.56 g; Tłuszcz: 65.18 g; Kw. tł. nas.: 24.14 g; Węglow. ogółem: 262.87 g; Cukry proste: 49.89 g; Sód: 1863.05 mg; Błonnik: 19.47 g;	Wart. en.: 1950.88 kcal; Białko: 99.71 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nas.: 23.50 g; Węglow. ogółem: 274.59 g; Cukry proste: 57.98 g; Sód: 1916.35 mg; Błonnik: 23.44 g;	Wart. en.: 1893.12 kcal; Białko: 93.30 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw. tł. nas.: 33.83 g; Węglow. ogółem: 231.95 g; Cukry proste: 26.36 g; Sód: 2521.88 mg; Błonnik: 33.08 g;	Wart. en.: 1901.07 kcal; Białko: 100.57 g; Tłuszcz: 49.30 g; Kw. tł. nas.: 22.83 g; Węglow. ogółem: 275.56 g; Cukry proste: 59.17 g; Sód: 1805.27 mg; Błonnik: 23.40 g;	Wart. en.: 2302.62 kcal; Białko: 115.57 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kw. tł. nas.: 27.93 g; Węglow. ogółem: 308.28 g; Cukry proste: 64.71 g; Sód: 2010.23 mg; Błonnik: 20.51 g;	

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-04 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Poledwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Poledwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	
	II S	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Zraz schabowy 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Zraz schabowy 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos pieczarkowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>		
		Wart. en.: 1942.06 kcal; Białko: 102.14 g; Tłuszcz: 56.28 g; Kw. tł. nas.: 27.14 g; Węglow. ogółem: 269.83 g; Cukry proste: 53.52 g; Sód: 2270.49 mg; Błonnik: 25.83 g;	Wart. en.: 2302.72 kcal; Białko: 115.56 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kw. tł. nas.: 27.93 g; Węglow. ogółem: 308.29 g; Cukry proste: 64.71 g; Sód: 2008.73 mg; Błonnik: 20.51 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3łata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-05 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynkowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynkowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynkowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynkowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	II ś	Smoothie 250 ml		Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml			
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Kotlet mielony 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Surówka z ogórka kiszzonego 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos koperkowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kalafor 150 g Woda z cytryną 200 ml				Barszcz czerwony 150 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 80 g Pulpet wieprzowy 60 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos koperkowy 30 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kalafor 75 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos koperkowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kalafor 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko suszone 1 szt		Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Jabłko suszone 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Ogórki kiszone 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>						
		Wart. en.: 2352.41 kcal; Białko: 77.33 g; Tłuszcz: 82.71 g; Kw. tł. nas.: 31.82 g; Węglow. ogółem: 339.53 g; Cukry proste: 81.17 g; Sód: 4294.06 mg; Błonnik: 29.91 g;	Wart. en.: 2239.35 kcal; Białko: 81.25 g; Tłuszcz: 63.31 g; Kw. tł. nas.: 30.57 g; Węglow. ogółem: 353.86 g; Cukry proste: 82.40 g; Sód: 2826.52 mg; Błonnik: 34.86 g;	Wart. en.: 2098.95 kcal; Białko: 106.30 g; Tłuszcz: 76.75 g; Kw. tł. nas.: 37.63 g; Węglow. ogółem: 264.23 g; Cukry proste: 34.99 g; Sód: 3809.14 mg; Błonnik: 35.95 g;	Wart. en.: 2119.32 kcal; Białko: 75.02 g; Tłuszcz: 52.70 g; Kw. tł. nas.: 26.03 g; Węglow. ogółem: 353.90 g; Cukry proste: 84.73 g; Sód: 2319.93 mg; Błonnik: 34.84 g;	Wart. en.: 2339.65 kcal; Białko: 99.28 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kw. tł. nas.: 34.40 g; Węglow. ogółem: 346.35 g; Cukry proste: 84.15 g; Sód: 3394.52 mg; Błonnik: 32.80 g;	Wart. en.: 1580.41 kcal; Białko: 56.49 g; Tłuszcz: 49.77 g; Kw. tł. nas.: 25.57 g; Węglow. ogółem: 238.55 g; Cukry proste: 80.59 g; Sód: 1818.75 mg; Błonnik: 24.15 g;	Wart. en.: 2380.62 kcal; Białko: 87.83 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kw. tł. nas.: 29.65 g; Węglow. ogółem: 391.61 g; Cukry proste: 99.46 g; Sód: 2459.72 mg; Błonnik: 35.32 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-11-05 czwartek	Śniadanie	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynkowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynkowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II ś	Smoothie 250 ml					Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml	
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos koperkowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kalaflor 150 g Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Kotlet mielony 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Surówka z ogórka kiszzonego 150 g Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos koperkowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Seler gotowany 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml			Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Kotlet mielony 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Surówka z ogórka kiszzonego 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko suszone 1 szt					Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Ogórki kiszzone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Ogórki kiszzone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>							
		Wart. en.: 2500.65 kcal; Białko: 94.06 g; Tłuszcz: 69.70 g; Kw. tł. nas.: 34.19 g; Węglow. ogółem: 391.57 g; Cukry proste: 97.13 g; Sód: 2966.31 mg; Błonnik: 35.34 g;		Wart. en.: 2352.41 kcal; Białko: 77.33 g; Tłuszcz: 82.71 g; Kw. tł. nas.: 31.82 g; Węglow. ogółem: 339.53 g; Cukry proste: 81.17 g; Sód: 4294.06 mg; Błonnik: 29.91 g;	Wart. en.: 2240.55 kcal; Białko: 79.93 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nas.: 30.57 g; Węglow. ogółem: 356.66 g; Cukry proste: 82.35 g; Sód: 2901.66 mg; Błonnik: 37.63 g;	Wart. en.: 2100.15 kcal; Białko: 104.98 g; Tłuszcz: 76.82 g; Kw. tł. nas.: 37.64 g; Węglow. ogółem: 267.02 g; Cukry proste: 34.94 g; Sód: 3884.28 mg; Błonnik: 38.72 g;	Wart. en.: 2120.52 kcal; Białko: 73.70 g; Tłuszcz: 52.77 g; Kw. tł. nas.: 26.03 g; Węglow. ogółem: 356.69 g; Cukry proste: 84.68 g; Sód: 2395.07 mg; Błonnik: 37.62 g;	Wart. en.: 2613.71 kcal; Białko: 90.14 g; Tłuszcz: 89.10 g; Kw. tł. nas.: 35.44 g; Węglow. ogółem: 377.24 g; Cukry proste: 95.90 g; Sód: 4433.84 mg; Błonnik: 30.39 g;	

2026-11-05 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynkowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Smoothie 250 ml	
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos koperkowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Seler gotowany 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryna 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 150 g Kotlet mielony 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Surówka z ogórka kiszzonego 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Ogórki kiszzone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	
		Wart. en.: 2040.77 kcal; Białko: 73.62 g; Tłuszcz: 52.77 g; Kw. tł. nas.: 26.03 g; Węglow. ogółem: 336.82 g; Cukry proste: 84.18 g; Sód: 2393.32 mg; Błonnik: 37.62 g;	Wart. en.: 2613.71 kcal; Białko: 90.14 g; Tłuszcz: 89.10 g; Kw. tł. nas.: 35.44 g; Węglow. ogółem: 377.24 g; Cukry proste: 95.90 g; Sód: 4433.84 mg; Błonnik: 30.39 g;

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3 lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-06 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Papryka 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Papryka 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 2 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Ryż na mleku 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>
	II Ś	Banany szt 1 szt		Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt			
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron razowy z brokułem 300 g, Zawiera: <u>GLU</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 150 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos truskawkowy 30 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Sok pomidorowy 1 ml		Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Sok pomidorowy 1 ml	Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 100 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u>	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 200 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u>
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka jarzynowa ze śledziem 150 g, Zawiera: <u>JAJ, RYB, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 50 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 30 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Mus owocowy 1 szt		Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2068.98 kcal; Białko: 71.09 g; Tłuszcz: 55.05 g; Kw. tł. nas.: 19.01 g; Węglow. ogółem: 335.49 g; Cukry proste: 79.81 g; Sód: 3051.68 mg; Błonnik: 26.22 g;	Wart. en.: 1994.86 kcal; Białko: 64.89 g; Tłuszcz: 50.23 g; Kw. tł. nas.: 18.04 g; Węglow. ogółem: 333.82 g; Cukry proste: 78.60 g; Sód: 1276.22 mg; Błonnik: 25.68 g;	Wart. en.: 2089.28 kcal; Białko: 79.43 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kw. tł. nas.: 30.34 g; Węglow. ogółem: 299.13 g; Cukry proste: 51.54 g; Sód: 1563.83 mg; Błonnik: 35.76 g;	Wart. en.: 1775.06 kcal; Białko: 69.66 g; Tłuszcz: 31.34 g; Kw. tł. nas.: 16.31 g; Węglow. ogółem: 314.39 g; Cukry proste: 71.54 g; Sód: 1590.89 mg; Błonnik: 21.24 g;	Wart. en.: 2383.68 kcal; Białko: 101.58 g; Tłuszcz: 79.37 g; Kw. tł. nas.: 34.09 g; Węglow. ogółem: 328.68 g; Cukry proste: 72.18 g; Sód: 1529.29 mg; Błonnik: 24.87 g;	Wart. en.: 1355.58 kcal; Białko: 49.32 g; Tłuszcz: 32.98 g; Kw. tł. nas.: 17.59 g; Węglow. ogółem: 222.56 g; Cukry proste: 76.46 g; Sód: 875.68 mg; Błonnik: 13.91 g;	Wart. en.: 2493.78 kcal; Białko: 86.79 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nas.: 24.12 g; Węglow. ogółem: 413.79 g; Cukry proste: 110.25 g; Sód: 1507.33 mg; Błonnik: 28.60 g;

	P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąży i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-11-06 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Papryka 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Papryka 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Papryka 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Papryka 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Papryka 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Papryka 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt				Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron razowy z brokulem 300 g, Zawiera: <u>GLU</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 200 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u>	Sok pomidorowy 1 ml			Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Sok pomidorowy 1 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka jarzynowa ze śledziem 150 g, Zawiera: <u>JAJ, RYB, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 50 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka jarzynowa ze śledziem 150 g, Zawiera: <u>JAJ, RYB, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka jarzynowa ze śledziem 150 g, Zawiera: <u>JAJ, RYB, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Mus owocowy 1 szt				Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2502.50 kcal; Białko: 87.06 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nas.: 24.16 g; Węglow. ogółem: 415.47 g; Cukry proste: 111.45 g; Sód: 1503.79 mg; Błonnik: 29.14 g;	Wart. en.: 2251.06 kcal; Białko: 77.10 g; Tłuszcz: 56.44 g; Kw. tł. nas.: 21.66 g; Węglow. ogółem: 372.19 g; Cukry proste: 93.36 g; Sód: 1416.90 mg; Błonnik: 26.40 g;	Wart. en.: 2068.98 kcal; Białko: 71.09 g; Tłuszcz: 55.05 g; Kw. tł. nas.: 19.01 g; Węglow. ogółem: 335.49 g; Cukry proste: 79.81 g; Sód: 3051.68 mg; Błonnik: 26.22 g;	Wart. en.: 1994.86 kcal; Białko: 64.89 g; Tłuszcz: 50.23 g; Kw. tł. nas.: 18.04 g; Węglow. ogółem: 333.82 g; Cukry proste: 78.60 g; Sód: 1276.22 mg; Błonnik: 25.68 g;	Wart. en.: 2089.28 kcal; Białko: 79.43 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kw. tł. nas.: 30.34 g; Węglow. ogółem: 299.13 g; Cukry proste: 51.54 g; Sód: 1563.83 mg; Błonnik: 35.76 g;	Wart. en.: 1775.06 kcal; Białko: 69.66 g; Tłuszcz: 31.34 g; Kw. tł. nas.: 16.31 g; Węglow. ogółem: 314.39 g; Cukry proste: 71.54 g; Sód: 1590.89 mg; Błonnik: 21.24 g;	Wart. en.: 2325.08 kcal; Białko: 83.31 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nas.: 22.62 g; Węglow. ogółem: 373.85 g; Cukry proste: 94.57 g; Sód: 3193.86 mg; Błonnik: 26.94 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-06 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Półdewica drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Papryka 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	
	II ś	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Filet w warzywach 350 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 200 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u>	Sok pomidorowy 1 ml
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szyńka wp 50 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Sałatka jarzynowa ze śledziem 150 g, Zawiera: <u>JAJ, RYB, SEL, GOR</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2255.98 kcal; Białko: 115.30 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nas.: 32.66 g; Węglow. ogółem: 304.56 g; Cukry proste: 57.38 g; Sód: 1883.94 mg; Błonnik: 22.71 g;	Wart. en.: 2567.90 kcal; Białko: 93.00 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nas.: 25.08 g; Węglow. ogółem: 415.47 g; Cukry proste: 111.45 g; Sód: 3282.79 mg; Błonnik: 29.14 g;	Wart. en.: 2325.18 kcal; Białko: 83.30 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nas.: 22.62 g; Węglow. ogółem: 373.86 g; Cukry proste: 94.57 g; Sód: 3192.36 mg; Błonnik: 26.94 g;

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-07 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Ogórki kiszone 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Ogórki kiszone 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Zacierka na mleku 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Jabłko 1 szt						
	Obiad	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kopytka 250 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kopytka 250 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kopytka 100 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Sos jarzynowy 40 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 75 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kopytka 250 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	
	P	Sok warzywno-owocowy 330 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Sok warzywno-owocowy 330 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u>	Kisiel 250 g		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka z piersi 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka z piersi 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka z piersi 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka z piersi 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka z piersi 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka z piersi 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>						
	Wart. en.: 1837.18 kcal; Białko: 78.03 g; Tłuszcz: 42.41 g; Kw. tł. nas.: 20.11 g; Węglow. ogółem: 302.09 g; Cukry proste: 64.15 g; Sód: 3521.05 mg; Błonnik: 31.25 g;	Wart. en.: 1842.09 kcal; Białko: 77.96 g; Tłuszcz: 42.48 g; Kw. tł. nas.: 20.13 g; Węglow. ogółem: 303.63 g; Cukry proste: 66.12 g; Sód: 3034.56 mg; Błonnik: 31.74 g;	Wart. en.: 1803.20 kcal; Białko: 92.41 g; Tłuszcz: 51.50 g; Kw. tł. nas.: 24.35 g; Węglow. ogółem: 261.08 g; Cukry proste: 56.79 g; Sód: 2687.24 mg; Błonnik: 36.00 g;	Wart. en.: 1842.09 kcal; Białko: 77.96 g; Tłuszcz: 42.48 g; Kw. tł. nas.: 20.13 g; Węglow. ogółem: 303.63 g; Cukry proste: 66.12 g; Sód: 3034.56 mg; Błonnik: 31.74 g;	Wart. en.: 2073.08 kcal; Białko: 114.39 g; Tłuszcz: 59.47 g; Kw. tł. nas.: 27.52 g; Węglow. ogółem: 285.17 g; Cukry proste: 59.47 g; Sód: 2243.67 mg; Błonnik: 28.86 g;	Wart. en.: 1436.24 kcal; Białko: 57.45 g; Tłuszcz: 36.91 g; Kw. tł. nas.: 19.69 g; Węglow. ogółem: 229.18 g; Cukry proste: 69.34 g; Sód: 1364.88 mg; Błonnik: 19.65 g;	Wart. en.: 2166.49 kcal; Białko: 89.72 g; Tłuszcz: 48.53 g; Kw. tł. nas.: 23.76 g; Węglow. ogółem: 358.05 g; Cukry proste: 86.19 g; Sód: 2174.64 mg; Błonnik: 28.85 g;	

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-11-07 sobota	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Ogórki kiszzone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Ogórki kiszzone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Ogórki kiszzone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Ogórki kiszzone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II ś	Jabłko 1 szt						
	Obiad	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kopytka 250 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml				Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kopytka 250 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	
		Kisiel 250 g	Sok warzywno-owocowy 330 ml				Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Sok warzywno-owocowy 330 ml
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka z piersi 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka z piersi 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka z piersi 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>						
		Wart. en.: 2161.58 kcal; Białko: 89.79 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nas.: 23.74 g; Węglow. ogółem: 356.51 g; Cukry proste: 84.22 g; Sód: 2661.14 mg; Błonnik: 28.36 g;	Wart. en.: 2144.29 kcal; Białko: 92.96 g; Tłuszcz: 49.52 g; Kw. tł. nas.: 23.92 g; Węglow. ogółem: 2211.24 g; Cukry proste: 1453.08 g; Sód: 105110.64 mg; Błonnik: 424.82 g;	Wart. en.: 1837.18 kcal; Białko: 78.03 g; Tłuszcz: 42.41 g; Kw. tł. nas.: 20.11 g; Węglow. ogółem: 302.09 g; Cukry proste: 64.15 g; Sód: 3521.05 mg; Błonnik: 31.25 g;	Wart. en.: 1842.09 kcal; Białko: 77.96 g; Tłuszcz: 42.48 g; Kw. tł. nas.: 20.13 g; Węglow. ogółem: 303.63 g; Cukry proste: 66.12 g; Sód: 3034.56 mg; Błonnik: 31.74 g;	Wart. en.: 1803.20 kcal; Białko: 92.41 g; Tłuszcz: 51.50 g; Kw. tł. nas.: 24.35 g; Węglow. ogółem: 261.08 g; Cukry proste: 56.79 g; Sód: 2687.24 mg; Błonnik: 36.00 g;	Wart. en.: 1842.09 kcal; Białko: 77.96 g; Tłuszcz: 42.48 g; Kw. tł. nas.: 20.13 g; Węglow. ogółem: 303.63 g; Cukry proste: 66.12 g; Sód: 3034.56 mg; Błonnik: 31.74 g;	Wart. en.: 1837.18 kcal; Białko: 78.03 g; Tłuszcz: 42.41 g; Kw. tł. nas.: 20.11 g; Węglow. ogółem: 302.09 g; Cukry proste: 64.15 g; Sód: 3521.05 mg; Błonnik: 31.25 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-07 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Ogórki kiszzone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt		
	Obiad	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kopytka 250 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml		
	P	Kisiel 250 g	Sok warzywno-owocowy 330 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka z piersi 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>		
		Wart. en.: 1864.29 kcal; Białko: 74.72 g; Tłuszcz: 41.49 g; Kw. tł. nas.: 19.96 g; Węglow. ogółem: 312.63 g; Cukry proste: 71.37 g; Sód: 2028.96 mg; Błonnik: 27.81 g;	Wart. en.: 2161.58 kcal; Białko: 89.79 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nas.: 23.74 g; Węglow. ogółem: 356.51 g; Cukry proste: 84.22 g; Sód: 2661.14 mg; Błonnik: 28.36 g;	Wart. en.: 2139.38 kcal; Białko: 93.03 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nas.: 23.91 g; Węglow. ogółem: 347.51 g; Cukry proste: 78.97 g; Sód: 3666.74 mg; Błonnik: 32.29 g;

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-08 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Płatki owsiane na mleku 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 40 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	II ś	Smoothie 250 ml		Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml					Rosół z makaronem 150 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> Sztuka mięsa w sosie 80 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko suszone 1 szt		Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Jabłko suszone 1 szt		Jabłko 1 szt	Jabłko suszone 1 szt
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>						
		Wart. en.: 2193.65 kcal; Białko: 83.96 g; Tłuszcz: 71.80 g; Kw. tł. nas.: 29.03 g; Węglow. ogółem: 317.73 g; Cukry proste: 82.33 g; Sód: 1928.11 mg; Błonnik: 29.92 g;	Wart. en.: 2261.50 kcal; Białko: 106.46 g; Tłuszcz: 91.39 g; Kw. tł. nas.: 39.96 g; Węglow. ogółem: 270.69 g; Cukry proste: 29.99 g; Sód: 3073.28 mg; Błonnik: 34.64 g;	Wart. en.: 2080.24 kcal; Białko: 83.12 g; Tłuszcz: 58.97 g; Kw. tł. nas.: 23.78 g; Węglow. ogółem: 319.08 g; Cukry proste: 83.80 g; Sód: 1828.46 mg; Błonnik: 29.87 g;	Wart. en.: 2088.90 kcal; Białko: 100.54 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw. tł. nas.: 32.84 g; Węglow. ogółem: 748.98 g; Cukry proste: 521.08 g; Sód: 58796.86 mg; Błonnik: 23.67 g;	Wart. en.: 1471.28 kcal; Białko: 53.36 g; Tłuszcz: 49.67 g; Kw. tł. nas.: 20.98 g; Węglow. ogółem: 212.84 g; Cukry proste: 89.92 g; Sód: 1280.62 mg; Błonnik: 20.51 g;	Wart. en.: 2346.04 kcal; Białko: 96.89 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kw. tł. nas.: 27.72 g; Węglow. ogółem: 354.57 g; Cukry proste: 98.77 g; Sód: 1968.85 mg; Błonnik: 31.94 g;	

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwosotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-11-08 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II ś	Smoothie 250 ml					Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml				Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jabłko suszone 1 szt					Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml					Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Ph	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>							
	Wart. en.: 2459.45 kcal; Białko: 97.73 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kw. tł. nas.: 32.98 g; Węglow. ogółem: 353.22 g; Cukry proste: 97.30 g; Sód: 2068.49 mg; Błonnik: 31.99 g;		Wart. en.: 2190.29 kcal; Białko: 83.24 g; Tłuszcz: 71.29 g; Kw. tł. nas.: 28.99 g; Węglow. ogółem: 319.07 g; Cukry proste: 86.55 g; Sód: 1939.92 mg; Błonnik: 30.51 g;		Wart. en.: 2258.13 kcal; Białko: 105.73 g; Tłuszcz: 90.88 g; Kw. tł. nas.: 39.91 g; Węglow. ogółem: 272.03 g; Cukry proste: 34.21 g; Sód: 3085.09 mg; Błonnik: 35.23 g;		Wart. en.: 2076.88 kcal; Białko: 82.39 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nas.: 23.73 g; Węglow. ogółem: 320.42 g; Cukry proste: 88.02 g; Sód: 1840.27 mg; Błonnik: 30.46 g;		Wart. en.: 2193.65 kcal; Białko: 83.96 g; Tłuszcz: 71.80 g; Kw. tł. nas.: 29.03 g; Węglow. ogółem: 317.73 g; Cukry proste: 82.33 g; Sód: 1928.11 mg; Błonnik: 29.92 g;

2026-11-08 niedziela

	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica wp 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
II ś	Smoothie 250 ml		
Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	
P	Kanapka z wędliną 80 g	Jabłko suszone 1 szt	
Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>		
	Wart. en.: 2196.83 kcal; Białko: 88.45 g; Tłuszcz: 70.36 g; Kw. tł. nas.: 30.57 g; Węglow. ogółem: 317.22 g; Cukry proste: 81.92 g; Sód: 2408.83 mg; Błonnik: 29.46 g;	Wart. en.: 2353.45 kcal; Białko: 95.75 g; Tłuszcz: 78.38 g; Kw. tł. nas.: 32.69 g; Węglow. ogółem: 331.39 g; Cukry proste: 97.46 g; Sód: 2074.44 mg; Błonnik: 30.01 g;	Wart. en.: 2459.45 kcal; Białko: 97.73 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kw. tł. nas.: 32.98 g; Węglow. ogółem: 353.22 g; Cukry proste: 97.30 g; Sód: 2068.49 mg; Błonnik: 31.99 g;

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież	
2026-11-09 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 100 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Kasza manna na mleku 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	
	II ś	Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEZ</u>	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEZ</u>	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEZ</u>			
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml					Zupa kalafiorowa 150 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Spaghetti 120 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jabłko 1 szt							
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jarzyn z koncentratem 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Mus owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt			
	Wart. en.: 1967.34 kcal; Białko: 67.86 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nas.: 17.74 g; Węglow. ogółem: 332.31 g; Cukry proste: 75.91 g; Sód: 1221.10 mg; Błonnik: 25.56 g;	Wart. en.: 1944.53 kcal; Białko: 86.32 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kw. tł. nas.: 24.25 g; Węglow. ogółem: 291.05 g; Cukry proste: 54.51 g; Sód: 1692.00 mg; Błonnik: 33.57 g;	Wart. en.: 1967.34 kcal; Białko: 67.86 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nas.: 17.74 g; Węglow. ogółem: 332.31 g; Cukry proste: 75.91 g; Sód: 1221.10 mg; Błonnik: 25.56 g;	Wart. en.: 2105.84 kcal; Białko: 104.49 g; Tłuszcz: 59.15 g; Kw. tł. nas.: 26.28 g; Węglow. ogółem: 301.48 g; Cukry proste: 55.11 g; Sód: 1843.88 mg; Błonnik: 24.17 g;	Wart. en.: 1328.78 kcal; Białko: 46.41 g; Tłuszcz: 37.03 g; Kw. tł. nas.: 16.77 g; Węglow. ogółem: 210.30 g; Cukry proste: 65.75 g; Sód: 753.71 mg; Błonnik: 15.42 g;	Wart. en.: 2224.74 kcal; Białko: 80.67 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nas.: 21.37 g; Węglow. ogółem: 370.02 g; Cukry proste: 90.64 g; Sód: 1360.89 mg; Błonnik: 26.31 g;			

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwotrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-11-09 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II ś	Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u>					Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u>	
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Woda z cytryną 200 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Woda z cytryną 200 ml				Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jabłko 1 szt							
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml					Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Mus owocowy 1 szt					Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2224.74 kcal; Białko: 80.67 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nas.: 21.37 g; Węglow. ogółem: 370.02 g; Cukry proste: 90.64 g; Sód: 1360.89 mg; Błonnik: 26.31 g;		Wart. en.: 2018.00 kcal; Białko: 68.09 g; Tłuszcz: 46.50 g; Kw. tł. nas.: 17.76 g; Węglow. ogółem: 344.25 g; Cukry proste: 74.61 g; Sód: 1209.26 mg; Błonnik: 24.85 g;		Wart. en.: 1995.19 kcal; Białko: 86.56 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nas.: 24.27 g; Węglow. ogółem: 302.99 g; Cukry proste: 53.21 g; Sód: 1680.16 mg; Błonnik: 32.86 g;	Wart. en.: 2018.00 kcal; Białko: 68.09 g; Tłuszcz: 46.50 g; Kw. tł. nas.: 17.76 g; Węglow. ogółem: 344.25 g; Cukry proste: 74.61 g; Sód: 1209.26 mg; Błonnik: 24.85 g;	Wart. en.: 2224.64 kcal; Białko: 80.68 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nas.: 21.37 g; Węglow. ogółem: 370.00 g; Cukry proste: 90.64 g; Sód: 1362.39 mg; Błonnik: 26.31 g;	

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia	
2026-11-09 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		
	II ś	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEZ</u>		
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Seler gotowany 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryna 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml		
	P	Jabłko 1 szt			
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml			
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt		
	Wart. en.: 1887.40 kcal; Białko: 86.10 g; Tłuszcz: 45.73 g; Kw. tł. nas.: 23.75 g; Węglow. ogółem: 2163.12 g; Cukry proste: 1677.62 g; Sód: 38555.58 mg; Błonnik: 30.97 g;		Wart. en.: 2224.74 kcal; Białko: 80.67 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nas.: 21.37 g; Węglow. ogółem: 370.02 g; Cukry proste: 90.64 g; Sód: 1360.89 mg; Błonnik: 26.31 g;		

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3łata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-10 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Ser twarogowy 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Ser twarogowy 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt		Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt			
	Obiad	Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ryż 150 g Filet w warzywach po chińsku 250 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ryż 150 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml				Barszcz biały 150 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ryż 80 g Filet z kurczaka w sosie 80 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 75 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ryż 150 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>		Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>			
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 30 g Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>						
		Wart. en.: 2384.08 kcal; Białko: 103.07 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw. tł. nas.: 33.30 g; Węglow. ogółem: 333.64 g; Cukry proste: 52.91 g; Sód: 2941.61 mg; Błonnik: 23.98 g;	Wart. en.: 2370.53 kcal; Białko: 104.62 g; Tłuszcz: 75.70 g; Kw. tł. nas.: 31.60 g; Węglow. ogółem: 331.53 g; Cukry proste: 63.84 g; Sód: 3026.86 mg; Błonnik: 25.85 g;	Wart. en.: 2178.78 kcal; Białko: 100.32 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nas.: 31.06 g; Węglow. ogółem: 294.93 g; Cukry proste: 49.73 g; Sód: 3076.86 mg; Błonnik: 36.12 g;	Wart. en.: 2286.77 kcal; Białko: 105.55 g; Tłuszcz: 65.63 g; Kw. tł. nas.: 30.19 g; Węglow. ogółem: 332.25 g; Cukry proste: 67.10 g; Sód: 2398.41 mg; Błonnik: 25.83 g;	Wart. en.: 2370.53 kcal; Białko: 104.62 g; Tłuszcz: 75.70 g; Kw. tł. nas.: 31.60 g; Węglow. ogółem: 331.53 g; Cukry proste: 63.84 g; Sód: 3026.86 mg; Błonnik: 25.85 g;	Wart. en.: 1700.56 kcal; Białko: 71.17 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nas.: 29.08 g; Węglow. ogółem: 229.89 g; Cukry proste: 62.55 g; Sód: 1594.43 mg; Błonnik: 16.61 g;	Wart. en.: 2548.07 kcal; Białko: 118.36 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nas.: 33.81 g; Węglow. ogółem: 369.96 g; Cukry proste: 81.83 g; Sód: 2538.19 mg; Błonnik: 26.31 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwosotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-11-10 wtorek	Śniadanie	Kaszkza kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Rzodkiewka 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Ser twarogowy 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Rzodkiewka 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Kaszkza kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Rzodkiewka 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Banany szt 1 szt					Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ryż 150 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ryż 150 g Filet w warzywach po chińsku 250 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ryż 150 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml				Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ryż 150 g Filet w warzywach po chińsku 250 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>					Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml					Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidory 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>							
		Wart. en.: 2631.83 kcal; Białko: 117.43 g; Tłuszcz: 82.09 g; Kw. tł. nas.: 35.23 g; Węglow. ogółem: 369.24 g; Cukry proste: 78.57 g; Sód: 3166.64 mg; Błonnik: 26.33 g;	Wart. en.: 2409.65 kcal; Białko: 98.46 g; Tłuszcz: 73.54 g; Kw. tł. nas.: 31.91 g; Węglow. ogółem: 351.76 g; Cukry proste: 52.07 g; Sód: 2732.69 mg; Błonnik: 24.62 g;	Wart. en.: 2396.10 kcal; Białko: 100.00 g; Tłuszcz: 72.67 g; Kw. tł. nas.: 30.21 g; Węglow. ogółem: 349.65 g; Cukry proste: 63.00 g; Sód: 2817.94 mg; Błonnik: 26.49 g;	Wart. en.: 2120.59 kcal; Białko: 96.64 g; Tłuszcz: 61.63 g; Kw. tł. nas.: 28.25 g; Węglow. ogółem: 313.77 g; Cukry proste: 52.16 g; Sód: 2239.49 mg; Błonnik: 36.74 g;	Wart. en.: 2396.10 kcal; Białko: 100.00 g; Tłuszcz: 72.67 g; Kw. tł. nas.: 30.21 g; Węglow. ogółem: 349.65 g; Cukry proste: 63.00 g; Sód: 2817.94 mg; Błonnik: 26.49 g;	Wart. en.: 2645.38 kcal; Białko: 115.88 g; Tłuszcz: 82.95 g; Kw. tł. nas.: 36.92 g; Węglow. ogółem: 371.35 g; Cukry proste: 67.64 g; Sód: 3081.40 mg; Błonnik: 24.46 g;		

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-10 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Ser twarogowy 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ryż 150 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ryż 150 g Filet w warzywach po chińsku 250 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>		
	Wart. en.: 2312.34 kcal; Białko: 100.94 g; Tłuszcz: 62.60 g; Kw. tł. nas.: 28.80 g; Węglow. ogółem: 350.37 g; Cukry proste: 66.27 g; Sód: 2189.49 mg; Błonnik: 26.47 g;	Wart. en.: 2587.43 kcal; Białko: 116.94 g; Tłuszcz: 81.85 g; Kw. tł. nas.: 35.16 g; Węglow. ogółem: 360.07 g; Cukry proste: 79.00 g; Sód: 3176.08 mg; Błonnik: 27.87 g;	Wart. en.: 2645.38 kcal; Białko: 115.88 g; Tłuszcz: 82.95 g; Kw. tł. nas.: 36.92 g; Węglow. ogółem: 371.35 g; Cukry proste: 67.64 g; Sód: 3081.40 mg; Błonnik: 24.46 g;	

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wart. en. - Wartość energetyczna[kcal],

Białko - Białko ogółem,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglow. ogółem - Węglowodany ogółem,

Sód - Sód,

Kw. tł. nas. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik - Błonnik pokarmowy,

Cukry proste - suma cukrów prostych,