Jadłospisy za 1. dekadę, tj. od dnia 2026-12-01 do dnia 2026-12-10 KUCHNIA OGÓLNA

		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
2026-12-01 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Krakowska 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 2 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Krakowska 40 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Krakowska 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt		Gejfruty 100 g	Banany szt 1 szt			
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml				Zupa koperkowa z ryżem 150 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 80 g Bitka w sosie 100 g, Zawiera: **GLU, SEL** Fasolka szparagowa gotowana 75 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Smoothie 1 ml		Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Smoothie 1 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Smoothie 1 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2059.89 kcal; Białko: 90.92 g; Tłuszcz: 75.51 g; Kw. tł. nas.: 28.87 g; Węglow. ogółem: 265.84 g; Cukry proste: 52.75 g; Sód: 1837.39 mg; Błonnik: 21.59 g;	Wart. en.: 1923.03 kcal; Białko: 87.98 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw. tł. nas.: 27.75 g; Węglow. ogółem: 260.17 g; Cukry proste: 54.94 g; Sód: 1713.11 mg; Błonnik: 20.88 g;	Wart. en.: 1862.51 kcal; Białko: 92.10 g; Tłuszcz: 67.50 g; Kw. tł. nas.: 29.44 g; Węglow. ogółem: 237.35 g; Cukry proste: 41.90 g; Sód: 1939.88 mg; Błonnik: 29.94 g;	Wart. en.: 1784.51 kcal; Białko: 88.26 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tł. nas.: 23.79 g; Węglow. ogółem: 256.05 g; Cukry proste: 55.61 g; Sód: 1565.06 mg; Błonnik: 20.66 g;	Wart. en.: 2034.45 kcal; Białko: 97.60 g; Tłuszcz: 67.77 g; Kw. tł. nas.: 30.00 g; Węglow. ogółem: 269.84 g; Cukry proste: 61.56 g; Sód: 1814.57 mg; Błonnik: 20.86 g;	Wart. en.: 1338.59 kcal; Białko: 67.15 g; Tłuszcz: 46.28 g; Kw. tł. nas.: 23.20 g; Węglow. ogółem: 170.56 g; Cukry proste: 56.69 g; Sód: 1142.01 mg; Błonnik: 12.54 g;	Wart. en.: 2086.71 kcal; Białko: 103.26 g; Tłuszcz: 57.31 g; Kw. tł. nas.: 27.59 g; Węglow. ogółem: 301.47 g; Cukry proste: 70.43 g; Sód: 1710.75 mg; Błonnik: 21.70 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
2026-12-01 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Krakowska 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt				Gejfruty 100 g	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa koperkowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Seler gotowany 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Seler gotowany 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml			Zupa koperkowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Smoothie 1 ml				Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Smoothie 1 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2225.23 kcal; Białko: 102.98 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nas.: 31.54 g; Węglow. ogółem: 305.59 g; Cukry proste: 69.76 g; Sód: 1858.80 mg; Błonnik: 21.92 g;		Wart. en.: 2047.59 kcal; Białko: 89.60 g; Tłuszcz: 75.58 g; Kw. tł. nas.: 28.84 g; Węglow. ogółem: 265.19 g; Cukry proste: 52.85 g; Sód: 1932.65 mg; Błonnik: 24.22 g;	Wart. en.: 1910.73 kcal; Białko: 86.66 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nas.: 27.72 g; Węglow. ogółem: 259.52 g; Cukry proste: 55.04 g; Sód: 1808.37 mg; Błonnik: 23.51 g;	Wart. en.: 1850.21 kcal; Białko: 90.78 g; Tłuszcz: 67.57 g; Kw. tł. nas.: 29.42 g; Węglow. ogółem: 236.70 g; Cukry proste: 42.00 g; Sód: 2035.13 mg; Błonnik: 32.56 g;	Wart. en.: 1772.21 kcal; Białko: 86.94 g; Tłuszcz: 50.34 g; Kw. tł. nas.: 23.77 g; Węglow. ogółem: 255.39 g; Cukry proste: 55.71 g; Sód: 1660.32 mg; Błonnik: 23.29 g;	Wart. en.: 2362.09 kcal; Białko: 105.92 g; Tłuszcz: 82.55 g; Kw. tł. nas.: 32.66 g; Węglow. ogółem: 311.26 g; Cukry proste: 67.57 g; Sód: 1983.08 mg; Błonnik: 22.63 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-12-01 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Krakowska 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Smoothie 1 ml		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 1772.21 kcal; Białko: 86.94 g; Tłuszcz: 50.34 g; Kw. tł. nas.: 23.77 g; Węglow. ogółem: 255.39 g; Cukry proste: 55.71 g; Sód: 1660.32 mg; Błonnik: 23.29 g;	Wart. en.: 2362.09 kcal; Białko: 105.92 g; Tłuszcz: 82.55 g; Kw. tł. nas.: 32.66 g; Węglow. ogółem: 311.26 g; Cukry proste: 67.57 g; Sód: 1983.08 mg; Błonnik: 22.63 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
2026-12-02 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Płatki kukurydziane na mleku 150 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Mandarynka 80 g		Jabłko 1 szt	Mandarynka 80 g		Mandarynka 40 g	Mandarynka 80 g
	Obiad	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Gołąbki w sosie pomidorowym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet mięsno-ryżowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos pomidorowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml				Krupnik 150 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 80 g Pulpet mięsno-ryżowy 60 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos pomidorowy 40 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet mięsno-ryżowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos pomidorowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**		Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**		Ciasto drożdżowe 40 g, Zawiera: **GLU, JAJ. MLE**	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ. MLE**
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**			
		Wart. en.: 2265.53 kcal; Białko: 106.43 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw. tł. nas.: 24.76 g; Węglow. ogółem: 355.90 g; Cukry proste: 61.73 g; Sód: 1602.04 mg; Błonnik: 32.16 g;	Wart. en.: 2205.67 kcal; Białko: 104.17 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nas.: 24.81 g; Węglow. ogółem: 341.63 g; Cukry proste: 55.50 g; Sód: 1609.65 mg; Błonnik: 28.54 g;	Wart. en.: 2239.13 kcal; Białko: 98.53 g; Tłuszcz: 71.96 g; Kw. tł. nas.: 35.25 g; Węglow. ogółem: 320.44 g; Cukry proste: 40.82 g; Sód: 2215.42 mg; Błonnik: 41.96 g;	Wart. en.: 2205.67 kcal; Białko: 104.17 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nas.: 24.81 g; Węglow. ogółem: 341.63 g; Cukry proste: 55.50 g; Sód: 1609.65 mg; Błonnik: 28.54 g;		Wart. en.: 1496.96 kcal; Białko: 79.32 g; Tłuszcz: 43.99 g; Kw. tł. nas.: 22.43 g; Węglow. ogółem: 204.33 g; Cukry proste: 47.20 g; Sód: 1255.42 mg; Błonnik: 16.04 g;	Wart. en.: 2507.07 kcal; Białko: 117.13 g; Tłuszcz: 60.46 g; Kw. tł. nas.: 28.59 g; Węglow. ogółem: 389.77 g; Cukry proste: 73.00 g; Sód: 2215.33 mg; Błonnik: 31.18 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
2026-12-02 środa	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Mandarynka 80 g				Jabłko 1 szt	Mandarynka 80 g	
	Obiad	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet mięsno-ryżowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos pomidorowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml		Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Gołąbki w sosie pomidorowym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet mięsno-ryżowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos pomidorowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml			Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Gołąbki w sosie pomidorowym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**				Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**				Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**	
		Wart. en.: 2507.07 kcal; Białko: 117.13 g; Tłuszcz: 60.46 g; Kw. tł. nas.: 28.59 g; Węglow. ogółem: 389.77 g; Cukry proste: 73.00 g; Sód: 2215.33 mg; Błonnik: 31.18 g;		Wart. en.: 2265.53 kcal; Białko: 106.43 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw. tł. nas.: 24.76 g; Węglow. ogółem: 355.90 g; Cukry proste: 61.73 g; Sód: 1602.04 mg; Błonnik: 32.16 g;	Wart. en.: 2205.67 kcal; Białko: 104.17 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nas.: 24.81 g; Węglow. ogółem: 341.63 g; Cukry proste: 55.50 g; Sód: 1609.65 mg; Błonnik: 28.54 g;	Wart. en.: 2239.13 kcal; Białko: 98.53 g; Tłuszcz: 71.96 g; Kw. tł. nas.: 35.25 g; Węglow. ogółem: 320.44 g; Cukry proste: 40.82 g; Sód: 2215.42 mg; Błonnik: 41.96 g;	Wart. en.: 2205.67 kcal; Białko: 104.17 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nas.: 24.81 g; Węglow. ogółem: 341.63 g; Cukry proste: 55.50 g; Sód: 1609.65 mg; Błonnik: 28.54 g;	Wart. en.: 2566.93 kcal; Białko: 119.39 g; Tłuszcz: 60.58 g; Kw. tł. nas.: 28.55 g; Węglow. ogółem: 404.04 g; Cukry proste: 79.23 g; Sód: 2207.73 mg; Błonnik: 34.80 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-12-02 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Mandarynka 80 g	
	Obiad	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet mięsno-ryżowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos pomidorowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Gołąbki w sosie pomidorowym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	
	P	Kanapka z wędliną 80 g	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 2309.66 kcal; Białko: 111.83 g; Tłuszcz: 63.32 g; Kw. tł. nas.: 30.88 g; Węglow. ogółem: 338.47 g; Cukry proste: 50.64 g; Sód: 2168.77 mg; Błonnik: 29.83 g;	Wart. en.: 2566.93 kcal; Białko: 119.39 g; Tłuszcz: 60.58 g; Kw. tł. nas.: 28.55 g; Węglow. ogółem: 404.04 g; Cukry proste: 79.23 g; Sód: 2207.73 mg; Błonnik: 34.80 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
2026-12-03 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 40 g, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g 50 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 150 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 40 g, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt			
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Naleśniki z serem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron z twarogiem 250 g, Zawiera: **GLU, MLE** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron razowy z brokułem 300 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron z twarogiem 250 g, Zawiera: **GLU, MLE** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron 200 g Gulasz drobiowy z warzywami 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 150 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron z twarogiem 100 g, Zawiera: **GLU, MLE** Sos truskawkowy 40 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron z twarogiem 250 g, Zawiera: **GLU, MLE** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**			
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 50 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 30 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 50 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2456.91 kcal; Białko: 111.71 g; Tłuszcz: 90.74 g; Kw. tł. nas.: 34.73 g; Węglow. ogółem: 310.05 g; Cukry proste: 50.83 g; Sód: 3118.89 mg; Błonnik: 23.05 g;	Wart. en.: 2216.16 kcal; Białko: 86.36 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nas.: 28.19 g; Węglow. ogółem: 340.90 g; Cukry proste: 41.51 g; Sód: 3009.09 mg; Błonnik: 25.94 g;	Wart. en.: 2079.05 kcal; Białko: 75.77 g; Tłuszcz: 60.57 g; Kw. tł. nas.: 26.85 g; Węglow. ogółem: 325.11 g; Cukry proste: 22.33 g; Sód: 3141.77 mg; Błonnik: 34.53 g;	Wart. en.: 1956.02 kcal; Białko: 78.51 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nas.: 24.54 g; Węglow. ogółem: 317.54 g; Cukry proste: 40.44 g; Sód: 2103.78 mg; Błonnik: 23.31 g;	Wart. en.: 2236.21 kcal; Białko: 98.66 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nas.: 26.92 g; Węglow. ogółem: 336.42 g; Cukry proste: 32.64 g; Sód: 3065.85 mg; Błonnik: 26.06 g;	Wart. en.: 1346.66 kcal; Białko: 51.79 g; Tłuszcz: 42.22 g; Kw. tł. nas.: 23.82 g; Węglow. ogółem: 372.68 g; Cukry proste: 166.32 g; Sód: 22556.85 mg; Błonnik: 15.58 g;	Wart. en.: 2212.22 kcal; Białko: 90.72 g; Tłuszcz: 52.66 g; Kw. tł. nas.: 28.15 g; Węglow. ogółem: 355.91 g; Cukry proste: 55.20 g; Sód: 2244.47 mg; Błonnik: 24.03 g;

Jadłospisy za 1. dekadę, tj. od dnia 2026-12-01 do dnia 2026-12-10 KUCHNIA OGÓLNA

		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
2026-12-03 czwartek	Śniadanie	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 40 g, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** 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 grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron z twarogiem 250 g, Zawiera: **GLU, MLE** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Naleśniki z serem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron z twarogiem 250 g, Zawiera: **GLU, MLE** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron razowy z brokułem 300 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron z twarogiem 250 g, Zawiera: **GLU, MLE** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Naleśniki z serem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**				Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 50 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2481.08 kcal; Białko: 98.84 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kw. tł. nas.: 31.84 g; Węglow. ogółem: 380.94 g; Cukry proste: 57.48 g; Sód: 3146.23 mg; Błonnik: 27.19 g;	Wart. en.: 2472.36 kcal; Białko: 98.57 g; Tłuszcz: 68.34 g; Kw. tł. nas.: 31.81 g; Węglow. ogółem: 379.27 g; Cukry proste: 56.27 g; Sód: 3149.77 mg; Błonnik: 26.66 g;	Wart. en.: 2456.91 kcal; Białko: 111.71 g; Tłuszcz: 90.74 g; Kw. tł. nas.: 34.73 g; Węglow. ogółem: 310.05 g; Cukry proste: 50.83 g; Sód: 3118.89 mg; Błonnik: 23.05 g;	Wart. en.: 2216.16 kcal; Białko: 86.36 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nas.: 28.19 g; Węglow. ogółem: 340.90 g; Cukry proste: 41.51 g; Sód: 3009.09 mg; Błonnik: 25.94 g;	Wart. en.: 2079.05 kcal; Białko: 75.77 g; Tłuszcz: 60.57 g; Kw. tł. nas.: 26.85 g; Węglow. ogółem: 325.11 g; Cukry proste: 22.33 g; Sód: 3141.77 mg; Błonnik: 34.53 g;	Wart. en.: 1956.02 kcal; Białko: 78.51 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nas.: 24.54 g; Węglow. ogółem: 317.54 g; Cukry proste: 40.44 g; Sód: 2103.78 mg; Błonnik: 23.31 g;	Wart. en.: 2713.11 kcal; Białko: 123.92 g; Tłuszcz: 96.95 g; Kw. tł. nas.: 38.34 g; Węglow. ogółem: 348.42 g; Cukry proste: 65.59 g; Sód: 3259.57 mg; Błonnik: 23.77 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-12-03 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 40 g, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron 200 g Gulasz drobiowy z warzywami 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Naleśniki z serem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 50 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**		
		Wart. en.: 1967.35 kcal; Białko: 90.55 g; Tłuszcz: 44.96 g; Kw. tł. nas.: 23.23 g; Węglow. ogółem: 311.40 g; Cukry proste: 30.36 g; Sód: 2164.09 mg; Błonnik: 22.89 g;	Wart. en.: 2713.11 kcal; Białko: 123.92 g; Tłuszcz: 96.95 g; Kw. tł. nas.: 38.34 g; Węglow. ogółem: 348.42 g; Cukry proste: 65.59 g; Sód: 3259.57 mg; Błonnik: 23.77 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
2026-12-04 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 1 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Kaszka kukurydziana na mleku 150 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml. Zawiera: **GLU**
	II Ś	Banany szt 1 szt		Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml			Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 150 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 80 g Ryba z pieca 70 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 75 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**		Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**			
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2260.11 kcal; Białko: 81.87 g; Tłuszcz: 81.14 g; Kw. tł. nas.: 31.44 g; Węglow. ogółem: 314.90 g; Cukry proste: 49.82 g; Sód: 2748.90 mg; Błonnik: 28.04 g;	Wart. en.: 2061.17 kcal; Białko: 79.15 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nas.: 30.13 g; Węglow. ogółem: 304.65 g; Cukry proste: 54.29 g; Sód: 2333.43 mg; Błonnik: 28.89 g;	Wart. en.: 1872.30 kcal; Białko: 74.91 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tł. nas.: 29.59 g; Węglow. ogółem: 268.38 g; Cukry proste: 41.10 g; Sód: 2382.66 mg; Błonnik: 38.55 g;	Wart. en.: 1903.77 kcal; Białko: 71.24 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tł. nas.: 24.39 g; Węglow. ogółem: 306.50 g; Cukry proste: 56.26 g; Sód: 1898.86 mg; Błonnik: 28.87 g;	Wart. en.: 2182.44 kcal; Białko: 99.57 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nas.: 34.99 g; Węglow. ogółem: 294.37 g; Cukry proste: 46.76 g; Sód: 2547.38 mg; Błonnik: 26.98 g;	Wart. en.: 1515.38 kcal; Białko: 58.96 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nas.: 25.79 g; Węglow. ogółem: 207.51 g; Cukry proste: 52.54 g; Sód: 1540.46 mg; Błonnik: 17.80 g;	Wart. en.: 2266.68 kcal; Białko: 90.52 g; Tłuszcz: 64.82 g; Kw. tł. nas.: 29.79 g; Węglow. ogółem: 344.72 g; Cukry proste: 71.08 g; Sód: 2160.00 mg; Błonnik: 29.40 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
2026-12-04 piątek	Śniadanie	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 1 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml. Zawiera: **GLU**
	II Ś	Banany szt 1 szt				Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml			Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**				Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2322.47 kcal; Białko: 91.96 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kw. tł. nas.: 33.75 g; Węglow. ogółem: 342.36 g; Cukry proste: 69.02 g; Sód: 2473.21 mg; Błonnik: 29.37 g;		Wart. en.: 2311.57 kcal; Białko: 81.81 g; Tłuszcz: 81.01 g; Kw. tł. nas.: 31.45 g; Węglow. ogółem: 327.83 g; Cukry proste: 49.34 g; Sód: 2734.96 mg; Błonnik: 27.35 g;	Wart. en.: 2112.63 kcal; Białko: 79.09 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kw. tł. nas.: 30.13 g; Węglow. ogółem: 317.58 g; Cukry proste: 53.81 g; Sód: 2319.49 mg; Błonnik: 28.20 g;	Wart. en.: 1923.76 kcal; Białko: 74.84 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nas.: 29.59 g; Węglow. ogółem: 281.31 g; Cukry proste: 40.62 g; Sód: 2368.72 mg; Błonnik: 37.85 g;	Wart. en.: 1955.23 kcal; Białko: 71.17 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tł. nas.: 24.39 g; Węglow. ogółem: 319.43 g; Cukry proste: 55.78 g; Sód: 1884.92 mg; Błonnik: 28.18 g;	Wart. en.: 2521.41 kcal; Białko: 94.68 g; Tłuszcz: 87.53 g; Kw. tł. nas.: 35.07 g; Węglow. ogółem: 352.61 g; Cukry proste: 64.55 g; Sód: 2888.68 mg; Błonnik: 28.52 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-12-04 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 1 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	
	II Ś	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 1903.77 kcal; Białko: 71.24 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tł. nas.: 24.39 g; Węglow. ogółem: 306.50 g; Cukry proste: 56.26 g; Sód: 1898.86 mg; Błonnik: 28.87 g;	Wart. en.: 2521.41 kcal; Białko: 94.68 g; Tłuszcz: 87.53 g; Kw. tł. nas.: 35.07 g; Węglow. ogółem: 352.61 g; Cukry proste: 64.55 g; Sód: 2888.68 mg; Błonnik: 28.52 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
2026-12-05 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Mandarynka 80 g		Gejfruty 100 g	Mandarynka 80 g			
	Obiad	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml		Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z warzywami 300 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Filet w warzywach 350 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 120 g Sos waniliowy 40 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Mus owocowy 1 szt		Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2287.13 kcal; Białko: 60.79 g; Tłuszcz: 71.00 g; Kw. tł. nas.: 33.54 g; Węglow. ogółem: 365.40 g; Cukry proste: 64.68 g; Sód: 2430.35 mg; Błonnik: 27.92 g;	Wart. en.: 2290.02 kcal; Białko: 60.84 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nas.: 33.54 g; Węglow. ogółem: 365.72 g; Cukry proste: 65.60 g; Sód: 2429.58 mg; Błonnik: 27.31 g;	Wart. en.: 2052.77 kcal; Białko: 79.80 g; Tłuszcz: 69.27 g; Kw. tł. nas.: 32.31 g; Węglow. ogółem: 296.32 g; Cukry proste: 25.51 g; Sód: 3105.72 mg; Błonnik: 37.08 g;	Wart. en.: 2069.28 kcal; Białko: 57.66 g; Tłuszcz: 49.64 g; Kw. tł. nas.: 27.04 g; Węglow. ogółem: 361.70 g; Cukry proste: 67.38 g; Sód: 1911.03 mg; Błonnik: 27.10 g;	Wart. en.: 2495.71 kcal; Białko: 106.41 g; Tłuszcz: 85.13 g; Kw. tł. nas.: 35.58 g; Węglow. ogółem: 830.32 g; Cukry proste: 516.58 g; Sód: 59510.50 mg; Błonnik: 27.62 g;	Wart. en.: 1403.68 kcal; Białko: 44.03 g; Tłuszcz: 44.66 g; Kw. tł. nas.: 24.98 g; Węglow. ogółem: 215.00 g; Cukry proste: 57.18 g; Sód: 1477.16 mg; Błonnik: 16.67 g;	Wart. en.: 2371.48 kcal; Białko: 72.66 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nas.: 30.84 g; Węglow. ogółem: 407.12 g; Cukry proste: 82.20 g; Sód: 2056.71 mg; Błonnik: 28.14 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
2026-12-05 sobota	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Mandarynka 80 g				Gejfruty 100 g	Mandarynka 80 g	
	Obiad	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml				Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z warzywami 300 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml	
	P	Mus owocowy 1 szt				Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2589.33 kcal; Białko: 75.79 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw. tł. nas.: 37.33 g; Węglow. ogółem: 410.82 g; Cukry proste: 79.50 g; Sód: 2576.04 mg; Błonnik: 28.96 g;	Wart. en.: 2592.22 kcal; Białko: 75.84 g; Tłuszcz: 78.06 g; Kw. tł. nas.: 37.34 g; Węglow. ogółem: 411.14 g; Cukry proste: 80.42 g; Sód: 2575.27 mg; Błonnik: 28.35 g;	Wart. en.: 2287.13 kcal; Białko: 60.79 g; Tłuszcz: 71.00 g; Kw. tł. nas.: 33.54 g; Węglow. ogółem: 365.40 g; Cukry proste: 64.68 g; Sód: 2430.35 mg; Błonnik: 27.92 g;	Wart. en.: 2290.02 kcal; Białko: 60.84 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nas.: 33.54 g; Węglow. ogółem: 365.72 g; Cukry proste: 65.60 g; Sód: 2429.58 mg; Błonnik: 27.31 g;	Wart. en.: 2052.77 kcal; Białko: 79.80 g; Tłuszcz: 69.27 g; Kw. tł. nas.: 32.31 g; Węglow. ogółem: 296.32 g; Cukry proste: 25.51 g; Sód: 3105.72 mg; Błonnik: 37.08 g;	Wart. en.: 2069.28 kcal; Białko: 57.66 g; Tłuszcz: 49.64 g; Kw. tł. nas.: 27.04 g; Węglow. ogółem: 361.70 g; Cukry proste: 67.38 g; Sód: 1911.03 mg; Błonnik: 27.10 g;	Wart. en.: 2287.13 kcal; Białko: 60.79 g; Tłuszcz: 71.00 g; Kw. tł. nas.: 33.54 g; Węglow. ogółem: 365.40 g; Cukry proste: 64.68 g; Sód: 2430.35 mg; Błonnik: 27.92 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-12-05 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Mandarynka 80 g	
	Obiad	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Filet w warzywach 350 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Filet w warzywach 350 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Mus owocowy 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**		
		Wart. en.: 2253.17 kcal; Białko: 96.18 g; Tłuszcz: 61.18 g; Kw. tł. nas.: 27.47 g; Węglow. ogółem: 343.33 g; Cukry proste: 49.99 g; Sód: 2129.58 mg; Błonnik: 27.06 g;	Wart. en.: 2654.32 kcal; Białko: 103.29 g; Tłuszcz: 85.52 g; Kw. tł. nas.: 35.42 g; Węglow. ogółem: 384.17 g; Cukry proste: 61.68 g; Sód: 2703.19 mg; Błonnik: 31.12 g;	Wart. en.: 2589.33 kcal; Białko: 75.79 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw. tł. nas.: 37.33 g; Węglow. ogółem: 410.82 g; Cukry proste: 79.50 g; Sód: 2576.04 mg; Błonnik: 28.96 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
2026-12-06 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Płatki ryżowe na mleku 150 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml. Zawiera: **GLU**
	II Ś	Biszkopty 30 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEZ**		Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Biszkopty 30 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE. SEZ**	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Biszkopty 30 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEZ**	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Kalafior 150 g Woda z cytryną 200 ml					Rosół z makaronem 150 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza jęczmienna 80 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, SEL** Kalafior 75 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Kalafior 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Sok pomidorowy 1 ml		Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Sok pomidorowy 1 ml	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Budyń 120 g, Zawiera: **MLE**	Budyń 250 g, Zawiera: **MLE**
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 1793.50 kcal; Białko: 83.41 g; Tłuszcz: 52.54 g; Kw. tł. nas.: 21.21 g; Węglow. ogółem: 256.77 g; Cukry proste: 27.37 g; Sód: 1853.92 mg; Błonnik: 19.82 g;		Wart. en.: 1964.02 kcal; Białko: 111.59 g; Tłuszcz: 64.48 g; Kw. tł. nas.: 29.46 g; Węglow. ogółem: 249.24 g; Cukry proste: 39.65 g; Sód: 2616.89 mg; Błonnik: 28.81 g;	Wart. en.: 1745.94 kcal; Białko: 80.34 g; Tłuszcz: 48.49 g; Kw. tł. nas.: 20.19 g; Węglow. ogółem: 257.10 g; Cukry proste: 27.92 g; Sód: 1790.90 mg; Błonnik: 19.82 g;	Wart. en.: 2014.02 kcal; Białko: 112.99 g; Tłuszcz: 63.68 g; Kw. tł. nas.: 29.42 g; Węglow. ogółem: 2608.69 g; Cukry proste: 2152.30 g; Sód: 73962.89 mg; Błonnik: 19.41 g;	Wart. en.: 1337.91 kcal; Białko: 58.56 g; Tłuszcz: 45.29 g; Kw. tł. nas.: 20.69 g; Węglow. ogółem: 179.70 g; Cukry proste: 43.49 g; Sód: 1217.42 mg; Błonnik: 10.91 g;	Wart. en.: 2315.07 kcal; Białko: 103.17 g; Tłuszcz: 62.84 g; Kw. tł. nas.: 27.23 g; Węglow. ogółem: 344.93 g; Cukry proste: 69.73 g; Sód: 2084.23 mg; Błonnik: 20.82 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
2026-12-06 niedziela	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Biszkopty 30 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEZ**				Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Biszkopty 30 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEZ**	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Kalafior 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml				Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Kalafior 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Budyń 250 g, Zawiera: **MLE**	Sok pomidorowy 1 ml			Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Sok pomidorowy 1 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2315.07 kcal; Białko: 103.17 g; Tłuszcz: 62.84 g; Kw. tł. nas.: 27.23 g; Węglow. ogółem: 344.93 g; Cukry proste: 69.73 g; Sód: 2084.23 mg; Błonnik: 20.82 g;	Wart. en.: 2084.10 kcal; Białko: 96.29 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tł. nas.: 24.84 g; Węglow. ogółem: 303.03 g; Cukry proste: 42.15 g; Sód: 1995.21 mg; Błonnik: 20.78 g;	Wart. en.: 1854.53 kcal; Białko: 81.04 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nas.: 21.50 g; Węglow. ogółem: 265.29 g; Cukry proste: 36.67 g; Sód: 1925.26 mg; Błonnik: 22.40 g;		Wart. en.: 2025.05 kcal; Białko: 109.22 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nas.: 29.75 g; Węglow. ogółem: 257.76 g; Cukry proste: 48.94 g; Sód: 2688.23 mg; Błonnik: 31.40 g;	Wart. en.: 1806.97 kcal; Białko: 77.97 g; Tłuszcz: 53.08 g; Kw. tł. nas.: 20.48 g; Węglow. ogółem: 265.62 g; Cukry proste: 37.21 g; Sód: 1862.24 mg; Błonnik: 22.40 g;	Wart. en.: 1793.40 kcal; Białko: 83.42 g; Tłuszcz: 52.54 g; Kw. tł. nas.: 21.21 g; Węglow. ogółem: 256.76 g; Cukry proste: 27.37 g; Sód: 1855.42 mg; Błonnik: 19.82 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-12-06 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	
	II Ś	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Biszkopty 30 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEZ**	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Kalafior 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Kalafior 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Budyń 250 g, Zawiera: **MLE**	Sok pomidorowy 1 ml
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 1924.85 kcal; Białko: 106.29 g; Tłuszcz: 63.16 g; Kw. tł. nas.: 28.45 g; Węglow. ogółem: 2594.37 g; Cukry proste: 2158.08 g; Sód: 73965.35 mg; Błonnik: 19.43 g;	Wart. en.: 2209.06 kcal; Białko: 101.19 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nas.: 26.94 g; Węglow. ogółem: 323.11 g; Cukry proste: 69.88 g; Sód: 2090.18 mg; Błonnik: 18.84 g;	Wart. en.: 2084.10 kcal; Białko: 96.29 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tł. nas.: 24.84 g; Węglow. ogółem: 303.03 g; Cukry proste: 42.15 g; Sód: 1995.21 mg; Błonnik: 20.78 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
2026-12-07 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 80 g Ketchup 1 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 80 g Ketchup 1 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 80 g Ketchup 1 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki owsiane na mleku 150 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Smoothie 250 ml		Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Smoothie 250 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Smoothie 250 ml	
	Obiad	Zupa brokułowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Spaghetti 250 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml					Zupa brokułowa 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Spaghetti 120 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Spaghetti 250 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko suszone 1 szt		Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko suszone 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko 1 szt	Jabłko suszone 1 szt
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 50 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 50 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 50 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2503.45 kcal; Białko: 87.68 g; Tłuszcz: 86.26 g; Kw. tł. nas.: 29.29 g; Węglow. ogółem: 360.01 g; Cukry proste: 98.47 g; Sód: 1955.98 mg; Błonnik: 30.95 g;		Wart. en.: 2387.50 kcal; Białko: 108.89 g; Tłuszcz: 95.46 g; Kw. tł. nas.: 34.88 g; Węglow. ogółem: 289.85 g; Cukry proste: 51.27 g; Sód: 2619.23 mg; Błonnik: 32.04 g;	Wart. en.: 2148.03 kcal; Białko: 90.22 g; Tłuszcz: 54.65 g; Kw. tł. nas.: 23.21 g; Węglow. ogółem: 337.36 g; Cukry proste: 91.20 g; Sód: 1901.90 mg; Błonnik: 26.39 g;	Wart. en.: 2437.50 kcal; Białko: 110.29 g; Tłuszcz: 94.66 g; Kw. tł. nas.: 34.84 g; Węglow. ogółem: 788.10 g; Cukry proste: 540.32 g; Sód: 58917.23 mg; Błonnik: 22.64 g;	Wart. en.: 1542.98 kcal; Białko: 64.08 g; Tłuszcz: 44.39 g; Kw. tł. nas.: 21.91 g; Węglow. ogółem: 231.53 g; Cukry proste: 99.95 g; Sód: 1191.63 mg; Błonnik: 18.83 g;	Wart. en.: 2403.75 kcal; Białko: 102.47 g; Tłuszcz: 62.37 g; Kw. tł. nas.: 27.03 g; Węglow. ogółem: 423.21 g; Cukry proste: 106.17 g; Sód: 56132.34 mg; Błonnik: 28.46 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
2026-12-07 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 80 g Ketchup 1 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 80 g Ketchup 1 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 80 g Ketchup 1 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Smoothie 250 ml				Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Smoothie 250 ml	
	Obiad	Zupa brokułowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Spaghetti 250 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Spaghetti 250 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml				Zupa brokułowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Spaghetti 250 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko suszone 1 szt				Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 50 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 50 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2769.25 kcal; Białko: 101.45 g; Tłuszcz: 94.42 g; Kw. tł. nas.: 33.23 g; Węglow. ogółem: 721.48 g; Cukry proste: 121.20 g; Sód: 44629.93 mg; Błonnik: 40.78 g;	Wart. en.: 2579.13 kcal; Białko: 106.40 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nas.: 32.51 g; Węglow. ogółem: 702.31 g; Cukry proste: 114.13 g; Sód: 44722.12 mg; Błonnik: 36.34 g;	Wart. en.: 2523.99 kcal; Białko: 87.38 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw. tł. nas.: 29.27 g; Węglow. ogółem: 691.95 g; Cukry proste: 111.88 g; Sód: 44537.12 mg; Błonnik: 38.96 g;		Wart. en.: 2416.95 kcal; Białko: 108.75 g; Tłuszcz: 95.39 g; Kw. tł. nas.: 34.88 g; Węglow. ogółem: 623.78 g; Cukry proste: 65.82 g; Sód: 45286.95 mg; Błonnik: 40.33 g;	Wart. en.: 2158.49 kcal; Białko: 88.40 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw. tł. nas.: 23.07 g; Węglow. ogółem: 393.68 g; Cukry proste: 96.85 g; Sód: 56039.52 mg; Błonnik: 26.64 g;	Wart. en.: 2769.25 kcal; Białko: 101.45 g; Tłuszcz: 94.42 g; Kw. tł. nas.: 33.23 g; Węglow. ogółem: 721.48 g; Cukry proste: 121.20 g; Sód: 44629.93 mg; Błonnik: 40.78 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-12-07 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 80 g Ketchup 1 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Smoothie 250 ml	
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Spaghetti 250 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	
	P	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka wp 50 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 1904.51 kcal; Białko: 104.60 g; Tłuszcz: 51.58 g; Kw. tł. nas.: 27.78 g; Węglow. ogółem: 806.77 g; Cukry proste: 540.51 g; Sód: 91231.14 mg; Błonnik: 25.84 g;	Wart. en.: 2769.25 kcal; Białko: 101.45 g; Tłuszcz: 94.42 g; Kw. tł. nas.: 33.23 g; Węglow. ogółem: 721.48 g; Cukry proste: 121.20 g; Sód: 44629.93 mg; Błonnik: 40.78 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
2026-12-08 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Mandarynka 80 g		Gejfruty 100 g	Mandarynka 80 g	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mandarynka 80 g	
	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: **SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: **SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 150 ml, Zawiera: **SEL** Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 120 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Surówka z marchewki i jabłka 75 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Mus owocowy 1 szt		Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2185.30 kcal; Białko: 63.31 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw. tł. nas.: 39.17 g; Węglow. ogółem: 305.03 g; Cukry proste: 51.18 g; Sód: 2305.53 mg; Błonnik: 25.09 g;	Wart. en.: 2188.18 kcal; Białko: 63.36 g; Tłuszcz: 84.75 g; Kw. tł. nas.: 39.18 g; Węglow. ogółem: 305.36 g; Cukry proste: 52.10 g; Sód: 2304.76 mg; Błonnik: 24.48 g;	Wart. en.: 1883.92 kcal; Białko: 83.36 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nas.: 29.77 g; Węglow. ogółem: 244.94 g; Cukry proste: 32.42 g; Sód: 2506.89 mg; Błonnik: 33.84 g;	Wart. en.: 1984.92 kcal; Białko: 60.68 g; Tłuszcz: 63.82 g; Kw. tł. nas.: 33.41 g; Węglow. ogółem: 304.27 g; Cukry proste: 54.45 g; Sód: 1993.55 mg; Błonnik: 24.27 g;	Wart. en.: 2062.70 kcal; Białko: 102.88 g; Tłuszcz: 76.50 g; Kw. tł. nas.: 33.58 g; Węglow. ogółem: 742.19 g; Cukry proste: 522.34 g; Sód: 59372.84 mg; Błonnik: 22.61 g;	Wart. en.: 1460.61 kcal; Białko: 43.96 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nas.: 28.55 g; Węglow. ogółem: 202.28 g; Cukry proste: 51.81 g; Sód: 1350.23 mg; Błonnik: 16.02 g;	Wart. en.: 2322.49 kcal; Białko: 76.94 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kw. tł. nas.: 38.35 g; Węglow. ogółem: 341.86 g; Cukry proste: 68.72 g; Sód: 2254.54 mg; Błonnik: 25.06 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
2026-12-08 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Mandarynka 80 g				Gejfruty 100 g	Mandarynka 80 g	
	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml				Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: **SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Mus owocowy 1 szt				Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2442.70 kcal; Białko: 76.12 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nas.: 42.80 g; Węglow. ogółem: 342.74 g; Cukry proste: 65.91 g; Sód: 2445.31 mg; Błonnik: 25.84 g;	Wart. en.: 2445.58 kcal; Białko: 76.17 g; Tłuszcz: 91.14 g; Kw. tł. nas.: 42.80 g; Węglow. ogółem: 343.07 g; Cukry proste: 66.83 g; Sód: 2444.55 mg; Błonnik: 25.23 g;	Wart. en.: 2185.30 kcal; Białko: 63.31 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw. tł. nas.: 39.17 g; Węglow. ogółem: 305.03 g; Cukry proste: 51.18 g; Sód: 2305.53 mg; Błonnik: 25.09 g;	Wart. en.: 2188.18 kcal; Białko: 63.36 g; Tłuszcz: 84.75 g; Kw. tł. nas.: 39.18 g; Węglow. ogółem: 305.36 g; Cukry proste: 52.10 g; Sód: 2304.76 mg; Błonnik: 24.48 g;	Wart. en.: 1883.92 kcal; Białko: 83.36 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nas.: 29.77 g; Węglow. ogółem: 244.94 g; Cukry proste: 32.42 g; Sód: 2506.89 mg; Błonnik: 33.84 g;	Wart. en.: 1984.92 kcal; Białko: 60.68 g; Tłuszcz: 63.82 g; Kw. tł. nas.: 33.41 g; Węglow. ogółem: 304.27 g; Cukry proste: 54.45 g; Sód: 1993.55 mg; Błonnik: 24.27 g;	Wart. en.: 2442.70 kcal; Białko: 76.12 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nas.: 42.80 g; Węglow. ogółem: 342.74 g; Cukry proste: 65.91 g; Sód: 2445.31 mg; Błonnik: 25.84 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-12-08 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mandarynka 80 g	
	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		
	P	Mus owocowy 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**		
		Wart. en.: 2109.42 kcal; Białko: 78.77 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kw. tł. nas.: 37.27 g; Węglow. ogółem: 792.55 g; Cukry proste: 543.93 g; Sód: 58992.95 mg; Błonnik: 23.13 g;	Wart. en.: 2442.70 kcal; Białko: 76.12 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nas.: 42.80 g; Węglow. ogółem: 342.74 g; Cukry proste: 65.91 g; Sód: 2445.31 mg; Błonnik: 25.84 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
2026-12-09 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Zacierka na mleku 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt		Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt			
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet pożarski 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml		Zupa z fasolki szparagowej 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 80 g Pulpet drobiowy 60 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 30 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 75 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml
	P	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**		Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**		Ciasto drożdżowe 40 g, Zawiera: **GLU, JAJ. MLE**	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ. MLE**
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Ogórki kiszone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**			
		Wart. en.: 2200.31 kcal; Białko: 101.93 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nas.: 23.53 g; Węglow. ogółem: 320.41 g; Cukry proste: 76.62 g; Sód: 2406.12 mg; Błonnik: 26.12 g;	Wart. en.: 2155.72 kcal; Białko: 108.26 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nas.: 22.68 g; Węglow. ogółem: 336.44 g; Cukry proste: 80.14 g; Sód: 1995.93 mg; Błonnik: 28.67 g;	Wart. en.: 2106.74 kcal; Białko: 104.32 g; Tłuszcz: 72.27 g; Kw. tł. nas.: 33.72 g; Węglow. ogółem: 280.21 g; Cukry proste: 38.19 g; Sód: 2601.76 mg; Błonnik: 40.63 g;	Wart. en.: 2090.18 kcal; Białko: 106.04 g; Tłuszcz: 42.38 g; Kw. tł. nas.: 21.73 g; Węglow. ogółem: 335.91 g; Cukry proste: 81.01 g; Sód: 1685.61 mg; Błonnik: 28.65 g;	Wart. en.: 2155.72 kcal; Białko: 108.26 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nas.: 22.68 g; Węglow. ogółem: 336.44 g; Cukry proste: 80.14 g; Sód: 1995.93 mg; Błonnik: 28.67 g;	Wart. en.: 1448.18 kcal; Białko: 76.78 g; Tłuszcz: 35.78 g; Kw. tł. nas.: 20.02 g; Węglow. ogółem: 213.27 g; Cukry proste: 75.25 g; Sód: 824.17 mg; Błonnik: 16.14 g;	Wart. en.: 2392.38 kcal; Białko: 121.04 g; Tłuszcz: 49.42 g; Kw. tł. nas.: 25.52 g; Węglow. ogółem: 381.33 g; Cukry proste: 95.83 g; Sód: 1831.29 mg; Błonnik: 29.69 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
2026-12-09 środa	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt				Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet pożarski 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet pożarski 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml
	P	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**				Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Ogórki kiszone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Ogórki kiszone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**				Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**	
		Wart. en.: 2457.92 kcal; Białko: 123.26 g; Tłuszcz: 55.50 g; Kw. tł. nas.: 26.47 g; Węglow. ogółem: 381.86 g; Cukry proste: 94.96 g; Sód: 2141.61 mg; Błonnik: 29.71 g;		Wart. en.: 2244.67 kcal; Białko: 102.16 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tł. nas.: 23.53 g; Węglow. ogółem: 330.74 g; Cukry proste: 75.39 g; Sód: 2405.48 mg; Błonnik: 25.34 g;	Wart. en.: 2200.08 kcal; Białko: 108.49 g; Tłuszcz: 48.52 g; Kw. tł. nas.: 22.68 g; Węglow. ogółem: 346.77 g; Cukry proste: 78.91 g; Sód: 1995.29 mg; Błonnik: 27.88 g;	Wart. en.: 2151.10 kcal; Białko: 104.55 g; Tłuszcz: 72.33 g; Kw. tł. nas.: 33.72 g; Węglow. ogółem: 290.54 g; Cukry proste: 36.96 g; Sód: 2601.12 mg; Błonnik: 39.85 g;	Wart. en.: 2134.54 kcal; Białko: 106.27 g; Tłuszcz: 42.43 g; Kw. tł. nas.: 21.73 g; Węglow. ogółem: 346.24 g; Cukry proste: 79.77 g; Sód: 1684.97 mg; Błonnik: 27.87 g;	Wart. en.: 2502.51 kcal; Białko: 116.93 g; Tłuszcz: 69.77 g; Kw. tł. nas.: 27.32 g; Węglow. ogółem: 365.83 g; Cukry proste: 91.44 g; Sód: 2551.81 mg; Błonnik: 27.16 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-12-09 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet pożarski 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	
	P	Kanapka z wędliną 80 g	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Ogórki kiszone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 2159.73 kcal; Białko: 110.95 g; Tłuszcz: 50.17 g; Kw. tł. nas.: 26.51 g; Węglow. ogółem: 331.69 g; Cukry proste: 65.43 g; Sód: 2157.42 mg; Błonnik: 30.10 g;	Wart. en.: 2502.51 kcal; Białko: 116.93 g; Tłuszcz: 69.77 g; Kw. tł. nas.: 27.32 g; Węglow. ogółem: 365.83 g; Cukry proste: 91.44 g; Sód: 2551.81 mg; Błonnik: 27.16 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
2026-12-10 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 150 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt			
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Zraz schabowy 80 g, Zawiera: **SEL** Sos pieczarkowy 70 g, Zawiera: **GLU** Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Zraz schabowy 80 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml				Barszcz czerwony 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 80 g, Zawiera: **GLU** Zraz schabowy 60 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 30 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Zraz schabowy 80 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**			
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 70 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 70 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 70 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 100 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 30 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 70 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2300.88 kcal; Białko: 96.54 g; Tłuszcz: 83.78 g; Kw. tł. nas.: 32.09 g; Węglow. ogółem: 306.00 g; Cukry proste: 39.02 g; Sód: 2445.44 mg; Błonnik: 31.26 g;	Wart. en.: 2256.61 kcal; Białko: 95.88 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nas.: 31.47 g; Węglow. ogółem: 318.65 g; Cukry proste: 48.27 g; Sód: 2499.50 mg; Błonnik: 34.97 g;	Wart. en.: 2147.48 kcal; Białko: 94.89 g; Tłuszcz: 75.38 g; Kw. tł. nas.: 31.92 g; Węglow. ogółem: 293.87 g; Cukry proste: 35.78 g; Sód: 2654.08 mg; Błonnik: 42.34 g;	Wart. en.: 1991.89 kcal; Białko: 81.85 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw. tł. nas.: 24.21 g; Węglow. ogółem: 315.03 g; Cukry proste: 46.61 g; Sód: 2338.25 mg; Błonnik: 33.18 g;	Wart. en.: 2349.23 kcal; Białko: 102.01 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nas.: 32.70 g; Węglow. ogółem: 320.45 g; Cukry proste: 49.20 g; Sód: 2576.06 mg; Błonnik: 35.74 g;	Wart. en.: 1475.10 kcal; Białko: 61.19 g; Tłuszcz: 51.99 g; Kw. tł. nas.: 24.68 g; Węglow. ogółem: 201.48 g; Cukry proste: 42.87 g; Sód: 1743.10 mg; Błonnik: 21.62 g;	Wart. en.: 2453.25 kcal; Białko: 100.86 g; Tłuszcz: 72.93 g; Kw. tł. nas.: 30.25 g; Węglow. ogółem: 367.38 g; Cukry proste: 66.28 g; Sód: 2753.46 mg; Błonnik: 37.61 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
2026-12-10 czwartek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** 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	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Zraz schabowy 80 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Zraz schabowy 80 g, Zawiera: **SEL** Sos pieczarkowy 70 g, Zawiera: **GLU** Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Zraz schabowy 80 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml			Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Zraz schabowy 80 g, Zawiera: **SEL** Sos pieczarkowy 70 g, Zawiera: **GLU** Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**				Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 70 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 70 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 70 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 70 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 70 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2558.01 kcal; Białko: 108.84 g; Tłuszcz: 81.29 g; Kw. tł. nas.: 35.26 g; Węglow. ogółem: 366.79 g; Cukry proste: 65.77 g; Sód: 3105.18 mg; Błonnik: 37.61 g;		Wart. en.: 2300.88 kcal; Białko: 96.54 g; Tłuszcz: 83.78 g; Kw. tł. nas.: 32.09 g; Węglow. ogółem: 306.00 g; Cukry proste: 39.02 g; Sód: 2445.44 mg; Błonnik: 31.26 g;	Wart. en.: 2256.61 kcal; Białko: 95.88 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nas.: 31.47 g; Węglow. ogółem: 318.65 g; Cukry proste: 48.27 g; Sód: 2499.50 mg; Błonnik: 34.97 g;	Wart. en.: 2147.48 kcal; Białko: 94.89 g; Tłuszcz: 75.38 g; Kw. tł. nas.: 31.92 g; Węglow. ogółem: 293.87 g; Cukry proste: 35.78 g; Sód: 2654.08 mg; Błonnik: 42.34 g;	Wart. en.: 1991.89 kcal; Białko: 81.85 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw. tł. nas.: 24.21 g; Węglow. ogółem: 315.03 g; Cukry proste: 46.61 g; Sód: 2338.25 mg; Błonnik: 33.18 g;	Wart. en.: 2602.28 kcal; Białko: 109.50 g; Tłuszcz: 90.78 g; Kw. tł. nas.: 35.88 g; Węglow. ogółem: 354.14 g; Cukry proste: 56.52 g; Sód: 3051.12 mg; Błonnik: 33.90 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-12-10 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Zraz schabowy 80 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Zraz schabowy 80 g, Zawiera: **SEL** Sos pieczarkowy 70 g, Zawiera: **GLU** Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Zraz schabowy 80 g, Zawiera: **SEL** Sos pieczarkowy 70 g, Zawiera: **GLU** Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z kurczaka z warzywami 70 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**		
		Wart. en.: 1885.89 kcal; Białko: 79.87 g; Tłuszcz: 50.71 g; Kw. tł. nas.: 23.92 g; Węglow. ogółem: 293.20 g; Cukry proste: 46.77 g; Sód: 2344.19 mg; Błonnik: 31.20 g;	Wart. en.: 2496.27 kcal; Białko: 107.52 g; Tłuszcz: 89.21 g; Kw. tł. nas.: 35.59 g; Węglow. ogółem: 332.31 g; Cukry proste: 56.68 g; Sód: 3057.07 mg; Błonnik: 31.92 g;	Wart. en.: 2602.28 kcal; Białko: 109.50 g; Tłuszcz: 90.78 g; Kw. tł. nas.: 35.88 g; Węglow. ogółem: 354.14 g; Cukry proste: 56.52 g; Sód: 3051.12 mg; Błonnik: 33.90 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,