		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
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 40 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 50 g, Zawiera: **MLE** Miód 1 szt 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** Ser twarogowy 50 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** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	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
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ryż 200 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml					Rosół z makaronem 150 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ryż 80 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 75 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ryż 200 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Wafle ryżowe 30 g		Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Wafle ryżowe 30 g		Budyń 150 g, Zawiera: **MLE**	Budyń 250 g, 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 razowy 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** Szynka 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** 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** Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2085.57 kcal; Białko: 89.59 g; Tłuszcz: 57.08 g; Kw. tł. nas.: 24.01 g; Węglow. ogółem: 314.51 g; Cukry proste: 42.01 g; Sód: 1652.52 mg; Błonnik: 21.26 g;		Wart. en.: 2260.43 kcal; Białko: 118.06 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nas.: 35.38 g; Węglow. ogółem: 286.15 g; Cukry proste: 44.10 g; Sód: 3219.28 mg; Błonnik: 30.73 g;	Wart. en.: 2085.57 kcal; Białko: 89.59 g; Tłuszcz: 57.08 g; Kw. tł. nas.: 24.01 g; Węglow. ogółem: 314.51 g; Cukry proste: 42.01 g; Sód: 1652.52 mg; Błonnik: 21.26 g;	Wart. en.: 2185.87 kcal; Białko: 107.62 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nas.: 27.84 g; Węglow. ogółem: 307.00 g; Cukry proste: 43.76 g; Sód: 2220.52 mg; Błonnik: 19.20 g;	Wart. en.: 1579.81 kcal; Białko: 82.63 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nas.: 26.11 g; Węglow. ogółem: 191.52 g; Cukry proste: 63.58 g; Sód: 1300.03 mg; Błonnik: 13.09 g;	Wart. en.: 2472.72 kcal; Białko: 108.36 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nas.: 30.23 g; Węglow. ogółem: 366.71 g; Cukry proste: 83.26 g; Sód: 1882.95 mg; Błonnik: 21.89 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
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 40 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 50 g, Zawiera: **MLE** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko suszone 1 szt				Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko suszone 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ryż 200 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml				Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ryż 200 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Budyń 250 g, Zawiera: **MLE**	Wafle ryżowe 30 g			Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Wafle ryżowe 30 g	
	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 razowy 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** Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2472.72 kcal; Białko: 108.36 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nas.: 30.23 g; Węglow. ogółem: 366.71 g; Cukry proste: 83.26 g; Sód: 1882.95 mg; Błonnik: 21.89 g;	Wart. en.: 2351.37 kcal; Białko: 103.36 g; Tłuszcz: 65.24 g; Kw. tł. nas.: 27.96 g; Węglow. ogółem: 350.00 g; Cukry proste: 56.98 g; Sód: 1792.90 mg; Błonnik: 23.33 g;	Wart. en.: 2082.20 kcal; Białko: 88.86 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw. tł. nas.: 23.96 g; Węglow. ogółem: 315.85 g; Cukry proste: 46.23 g; Sód: 1664.33 mg; Błonnik: 21.85 g;		Wart. en.: 2257.07 kcal; Białko: 117.33 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nas.: 35.33 g; Węglow. ogółem: 287.49 g; Cukry proste: 48.32 g; Sód: 3231.09 mg; Błonnik: 31.32 g;	Wart. en.: 2082.20 kcal; Białko: 88.86 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw. tł. nas.: 23.96 g; Węglow. ogółem: 315.85 g; Cukry proste: 46.23 g; Sód: 1664.33 mg; Błonnik: 21.85 g;	Wart. en.: 2085.57 kcal; Białko: 89.59 g; Tłuszcz: 57.08 g; Kw. tł. nas.: 24.01 g; Węglow. ogółem: 314.51 g; Cukry proste: 42.01 g; Sód: 1652.52 mg; Błonnik: 21.26 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Miód 1 szt 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** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko suszone 1 szt		
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ryż 200 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ryż 200 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Budyń 250 g, Zawiera: **MLE**		Wafle ryżowe 30 g
	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		
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 2206.92 kcal; Białko: 94.59 g; Tłuszcz: 60.63 g; Kw. tł. nas.: 26.28 g; Węglow. ogółem: 331.22 g; Cukry proste: 68.29 g; Sód: 1742.57 mg; Błonnik: 19.82 g;	Wart. en.: 2359.51 kcal; Białko: 106.54 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tł. nas.: 30.13 g; Węglow. ogółem: 341.76 g; Cukry proste: 83.66 g; Sód: 1891.19 mg; Błonnik: 22.95 g;	Wart. en.: 2351.37 kcal; Białko: 103.36 g; Tłuszcz: 65.24 g; Kw. tł. nas.: 27.96 g; Węglow. ogółem: 350.00 g; Cukry proste: 56.98 g; Sód: 1792.90 mg; Błonnik: 23.33 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
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 100 g Kechup 10 g 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** Parówka 100 g Kechup 10 g 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 drobiowa 40 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** Parówka 100 g Kechup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Zacierka na mleku 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 2 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 100 g Kechup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml. Zawiera: **GLU**
	II Ś	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**			
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 150 g, Zawiera: **GLU** Pulpet wieprzowy 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					Zupa ziemniaczana 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 80 g, Zawiera: **GLU** Pulpet wieprzowy 60 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos pomidorowy 30 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 150 g, Zawiera: **GLU** Pulpet wieprzowy 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	Mus owocowy 1 szt		Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Mus owocowy 1 szt			
	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** Polędwica wp 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** 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** Polędwica wp 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 wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2363.40 kcal; Białko: 109.53 g; Tłuszcz: 78.18 g; Kw. tł. nas.: 34.78 g; Węglow. ogółem: 319.02 g; Cukry proste: 75.16 g; Sód: 2336.14 mg; Błonnik: 26.49 g;		Wart. en.: 2469.20 kcal; Białko: 107.52 g; Tłuszcz: 102.36 g; Kw. tł. nas.: 47.95 g; Węglow. ogółem: 299.10 g; Cukry proste: 35.16 g; Sód: 3017.06 mg; Błonnik: 38.72 g;	Wart. en.: 2077.95 kcal; Białko: 105.01 g; Tłuszcz: 50.95 g; Kw. tł. nas.: 23.26 g; Węglow. ogółem: 313.10 g; Cukry proste: 73.75 g; Sód: 1943.99 mg; Błonnik: 26.07 g;	Wart. en.: 2363.40 kcal; Białko: 109.53 g; Tłuszcz: 78.18 g; Kw. tł. nas.: 34.78 g; Węglow. ogółem: 319.02 g; Cukry proste: 75.16 g; Sód: 2336.14 mg; Błonnik: 26.49 g;	Wart. en.: 1550.30 kcal; Białko: 87.64 g; Tłuszcz: 44.80 g; Kw. tł. nas.: 23.16 g; Węglow. ogółem: 206.69 g; Cukry proste: 71.52 g; Sód: 1175.25 mg; Błonnik: 14.56 g;	Wart. en.: 2600.90 kcal; Białko: 124.17 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nas.: 33.88 g; Węglow. ogółem: 364.85 g; Cukry proste: 89.94 g; Sód: 2427.62 mg; Błonnik: 27.53 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
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 100 g Kechup 10 g 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** Parówka 100 g Kechup 10 g 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** Parówka 100 g Kechup 10 g 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 drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 100 g Kechup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**				Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 150 g, Zawiera: **GLU** Pulpet wieprzowy 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	Mus owocowy 1 szt				Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	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** Polędwica wp 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** 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.: 2665.60 kcal; Białko: 124.53 g; Tłuszcz: 85.22 g; Kw. tł. nas.: 38.58 g; Węglow. ogółem: 364.44 g; Cukry proste: 89.98 g; Sód: 2481.82 mg; Błonnik: 27.53 g;		Wart. en.: 2363.40 kcal; Białko: 109.53 g; Tłuszcz: 78.18 g; Kw. tł. nas.: 34.78 g; Węglow. ogółem: 319.02 g; Cukry proste: 75.16 g; Sód: 2336.14 mg; Błonnik: 26.49 g;		Wart. en.: 2469.20 kcal; Białko: 107.52 g; Tłuszcz: 102.36 g; Kw. tł. nas.: 47.95 g; Węglow. ogółem: 299.10 g; Cukry proste: 35.16 g; Sód: 3017.06 mg; Błonnik: 38.72 g;	Wart. en.: 2077.95 kcal; Białko: 105.01 g; Tłuszcz: 50.95 g; Kw. tł. nas.: 23.26 g; Węglow. ogółem: 313.10 g; Cukry proste: 73.75 g; Sód: 1943.99 mg; Błonnik: 26.07 g;	Wart. en.: 2665.50 kcal; Białko: 124.54 g; Tłuszcz: 85.22 g; Kw. tł. nas.: 38.58 g; Węglow. ogółem: 364.43 g; Cukry proste: 89.98 g; Sód: 2483.32 mg; Błonnik: 27.53 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-12 poniedziałek	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 Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 100 g Kechup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	
	II Ś	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 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		Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 150 g, Zawiera: **GLU** Pulpet wieprzowy 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	Mus owocowy 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 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** 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.: 2038.95 kcal; Białko: 104.41 g; Tłuszcz: 49.82 g; Kw. tł. nas.: 23.05 g; Węglow. ogółem: 306.27 g; Cukry proste: 74.01 g; Sód: 1951.71 mg; Błonnik: 25.33 g;	Wart. en.: 2626.60 kcal; Białko: 123.93 g; Tłuszcz: 84.08 g; Kw. tł. nas.: 38.37 g; Węglow. ogółem: 357.61 g; Cukry proste: 90.23 g; Sód: 2489.54 mg; Błonnik: 26.79 g;	Wart. en.: 2665.60 kcal; Białko: 124.53 g; Tłuszcz: 85.22 g; Kw. tł. nas.: 38.58 g; Węglow. ogółem: 364.44 g; Cukry proste: 89.98 g; Sód: 2481.82 mg; Błonnik: 27.53 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
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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 mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Jajko gotowane 2 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 150 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **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	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony z pieczarkami 120 g, Zawiera: **SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml				Barszcz czerwony 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 80 g Kurczak gotowany 70 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 30 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z oliwą 30 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** 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** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 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 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** Polędwica wp 40 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 wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Smoothie 250 ml		Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Smoothie 250 ml	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Smoothie 250 ml	
		Wart. en.: 2335.23 kcal; Białko: 81.71 g; Tłuszcz: 73.67 g; Kw. tł. nas.: 28.06 g; Węglow. ogółem: 352.73 g; Cukry proste: 98.12 g; Sód: 2836.69 mg; Błonnik: 32.11 g;	Wart. en.: 2333.82 kcal; Białko: 81.60 g; Tłuszcz: 69.70 g; Kw. tł. nas.: 27.80 g; Węglow. ogółem: 361.19 g; Cukry proste: 100.24 g; Sód: 2889.02 mg; Błonnik: 31.57 g;	Wart. en.: 2088.70 kcal; Białko: 89.08 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nas.: 31.96 g; Węglow. ogółem: 279.97 g; Cukry proste: 47.20 g; Sód: 2959.00 mg; Błonnik: 34.97 g;	Wart. en.: 2226.61 kcal; Białko: 76.21 g; Tłuszcz: 57.20 g; Kw. tł. nas.: 24.53 g; Węglow. ogółem: 412.48 g; Cukry proste: 109.38 g; Sód: 32697.23 mg; Błonnik: 31.72 g;	Wart. en.: 2347.57 kcal; Białko: 99.57 g; Tłuszcz: 81.93 g; Kw. tł. nas.: 33.99 g; Węglow. ogółem: 316.54 g; Cukry proste: 60.39 g; Sód: 2980.27 mg; Błonnik: 25.32 g;	Wart. en.: 1712.16 kcal; Białko: 57.98 g; Tłuszcz: 52.64 g; Kw. tł. nas.: 24.10 g; Węglow. ogółem: 298.76 g; Cukry proste: 98.95 g; Sód: 26115.29 mg; Błonnik: 22.40 g;	Wart. en.: 2517.21 kcal; Białko: 89.09 g; Tłuszcz: 63.48 g; Kw. tł. nas.: 28.16 g; Węglow. ogółem: 458.74 g; Cukry proste: 124.16 g; Sód: 32838.52 mg; Błonnik: 32.68 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
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt				Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony z pieczarkami 120 g, Zawiera: **SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml			Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony z pieczarkami 120 g, Zawiera: **SEL** Sałata z oliwą 30 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** 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** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 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 wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Smoothie 250 ml				Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Smoothie 250 ml	
		Wart. en.: 2624.42 kcal; Białko: 94.48 g; Tłuszcz: 75.98 g; Kw. tł. nas.: 31.43 g; Węglow. ogółem: 407.45 g; Cukry proste: 115.02 g; Sód: 3030.31 mg; Błonnik: 32.53 g;		Wart. en.: 2335.23 kcal; Białko: 81.71 g; Tłuszcz: 73.67 g; Kw. tł. nas.: 28.06 g; Węglow. ogółem: 352.73 g; Cukry proste: 98.12 g; Sód: 2836.69 mg; Błonnik: 32.11 g;	Wart. en.: 2333.82 kcal; Białko: 81.60 g; Tłuszcz: 69.70 g; Kw. tł. nas.: 27.80 g; Węglow. ogółem: 361.19 g; Cukry proste: 100.24 g; Sód: 2889.02 mg; Błonnik: 31.57 g;	Wart. en.: 2088.70 kcal; Białko: 89.08 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nas.: 31.96 g; Węglow. ogółem: 279.97 g; Cukry proste: 47.20 g; Sód: 2959.00 mg; Błonnik: 34.97 g;	Wart. en.: 2226.61 kcal; Białko: 76.21 g; Tłuszcz: 57.20 g; Kw. tł. nas.: 24.53 g; Węglow. ogółem: 412.48 g; Cukry proste: 109.38 g; Sód: 32697.23 mg; Błonnik: 31.72 g;	Wart. en.: 2625.83 kcal; Białko: 94.59 g; Tłuszcz: 79.95 g; Kw. tł. nas.: 31.69 g; Węglow. ogółem: 398.99 g; Cukry proste: 112.90 g; Sód: 2977.97 mg; Błonnik: 33.07 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony z pieczarkami 120 g, Zawiera: **SEL** Sałata z oliwą 30 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** Polędwica wp 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 wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Smoothie 250 ml	
		Wart. en.: 2132.11 kcal; Białko: 87.86 g; Tłuszcz: 64.52 g; Kw. tł. nas.: 29.23 g; Węglow. ogółem: 358.08 g; Cukry proste: 60.28 g; Sód: 32717.73 mg; Błonnik: 25.27 g;	Wart. en.: 2624.42 kcal; Białko: 94.48 g; Tłuszcz: 75.98 g; Kw. tł. nas.: 31.43 g; Węglow. ogółem: 407.45 g; Cukry proste: 115.02 g; Sód: 3030.31 mg; Błonnik: 32.53 g;	Wart. en.: 2625.83 kcal; Białko: 94.59 g; Tłuszcz: 79.95 g; Kw. tł. nas.: 31.69 g; Węglow. ogółem: 398.99 g; Cukry proste: 112.90 g; Sód: 2977.97 mg; Błonnik: 33.07 g;

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-14 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek z koperkiem 100 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 150 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 50 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	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt					
	Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Pyzyz z mięsem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml				Zupa jarzynowa z makaronem 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 80 g Gulasz wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 75 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Sok pomidorowy 330 ml		Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Sok pomidorowy 330 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Kisiel 150 g	Kisiel 250 g
	Kolacja	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** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 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** Sałatka ziemniaczana 150 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** Polędwica wp 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 wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Mus owocowy 1 szt		Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2158.83 kcal; Białko: 84.55 g; Tłuszcz: 62.83 g; Kw. tł. nas.: 21.04 g; Węglow. ogółem: 328.20 g; Cukry proste: 61.11 g; Sód: 2648.11 mg; Błonnik: 28.26 g;	Wart. en.: 1958.61 kcal; Białko: 80.38 g; Tłuszcz: 58.04 g; Kw. tł. nas.: 20.86 g; Węglow. ogółem: 293.87 g; Cukry proste: 69.98 g; Sód: 2699.96 mg; Błonnik: 30.31 g;	Wart. en.: 2015.21 kcal; Białko: 94.19 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nas.: 27.26 g; Węglow. ogółem: 272.53 g; Cukry proste: 59.30 g; Sód: 2403.56 mg; Błonnik: 35.28 g;	Wart. en.: 1793.78 kcal; Białko: 82.33 g; Tłuszcz: 48.39 g; Kw. tł. nas.: 19.23 g; Węglow. ogółem: 271.23 g; Cukry proste: 68.90 g; Sód: 2376.54 mg; Błonnik: 28.00 g;	Wart. en.: 2136.62 kcal; Białko: 105.30 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kw. tł. nas.: 28.73 g; Węglow. ogółem: 283.13 g; Cukry proste: 60.40 g; Sód: 2317.55 mg; Błonnik: 25.91 g;	Wart. en.: 1248.31 kcal; Białko: 54.21 g; Tłuszcz: 36.87 g; Kw. tł. nas.: 17.60 g; Węglow. ogółem: 181.85 g; Cukry proste: 69.05 g; Sód: 999.22 mg; Błonnik: 14.36 g;	Wart. en.: 2106.98 kcal; Białko: 92.56 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw. tł. nas.: 22.69 g; Węglow. ogółem: 324.21 g; Cukry proste: 94.16 g; Sód: 1903.43 mg; Błonnik: 24.88 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
2026-10-14 środa	Śniadanie	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** 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
	Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml		Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Pyzyz z mięsem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml			Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Pyzyz z mięsem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Kisiel 250 g	Sok pomidorowy 330 ml			Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Sok pomidorowy 330 ml	
	Kolacja	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** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 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** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Mus owocowy 1 szt				Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2271.81 kcal; Białko: 90.61 g; Tłuszcz: 63.77 g; Kw. tł. nas.: 24.32 g; Węglow. ogółem: 346.85 g; Cukry proste: 95.24 g; Sód: 2226.84 mg; Błonnik: 27.19 g;	Wart. en.: 2219.91 kcal; Białko: 93.19 g; Tłuszcz: 64.43 g; Kw. tł. nas.: 24.48 g; Węglow. ogółem: 331.58 g; Cukry proste: 84.71 g; Sód: 2839.74 mg; Błonnik: 30.79 g;	Wart. en.: 2121.63 kcal; Białko: 80.36 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw. tł. nas.: 20.71 g; Węglow. ogółem: 324.46 g; Cukry proste: 59.10 g; Sód: 2638.91 mg; Błonnik: 26.93 g;	Wart. en.: 1921.41 kcal; Białko: 76.19 g; Tłuszcz: 57.15 g; Kw. tł. nas.: 20.53 g; Węglow. ogółem: 290.13 g; Cukry proste: 67.98 g; Sód: 2690.76 mg; Błonnik: 28.98 g;	Wart. en.: 1978.01 kcal; Białko: 90.00 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tł. nas.: 26.93 g; Węglow. ogółem: 268.79 g; Cukry proste: 57.30 g; Sód: 2394.36 mg; Błonnik: 33.95 g;	Wart. en.: 1756.58 kcal; Białko: 78.14 g; Tłuszcz: 47.50 g; Kw. tł. nas.: 18.90 g; Węglow. ogółem: 267.48 g; Cukry proste: 66.89 g; Sód: 2367.34 mg; Błonnik: 26.67 g;	Wart. en.: 2420.13 kcal; Białko: 97.36 g; Tłuszcz: 69.22 g; Kw. tł. nas.: 24.66 g; Węglow. ogółem: 365.91 g; Cukry proste: 75.84 g; Sód: 2787.89 mg; Błonnik: 28.74 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-14 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	
	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Pyzyz z mięsem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Surówka z kapusty białej 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Kisiel 250 g	Sok pomidorowy 330 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 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** Sałatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 1884.48 kcal; Białko: 86.96 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nas.: 23.48 g; Węglow. ogółem: 272.85 g; Cukry proste: 68.02 g; Sód: 1868.44 mg; Błonnik: 22.27 g;	Wart. en.: 2420.13 kcal; Białko: 97.36 g; Tłuszcz: 69.22 g; Kw. tł. nas.: 24.66 g; Węglow. ogółem: 365.91 g; Cukry proste: 75.84 g; Sód: 2787.89 mg; Błonnik: 28.74 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
2026-10-15 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Ser żółty 30 g, 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Ser żółty 30 g, 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 drobiowa 40 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Ser żółty 30 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Zacierka na mleku 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 2 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	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** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml. Zawiera: **GLU**
	II Ś	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**			
	Obiad	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet pożarski 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Ogórki kiszone 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml		Krupnik 150 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 80 g Pulpet drobiowy 60 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 30 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z buraczków 75 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z buraczków 150 g 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**	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Ciasto drożdżowe 50 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** Szynkowa 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** Szynkowa 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** Szynkowa 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** Szynkowa 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** Szynkowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2300.84 kcal; Białko: 109.78 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nas.: 29.39 g; Węglow. ogółem: 307.11 g; Cukry proste: 57.59 g; Sód: 2441.01 mg; Błonnik: 22.71 g;	Wart. en.: 2251.34 kcal; Białko: 116.18 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nas.: 28.52 g; Węglow. ogółem: 321.59 g; Cukry proste: 59.14 g; Sód: 2517.30 mg; Błonnik: 24.77 g;	Wart. en.: 2136.06 kcal; Białko: 109.09 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw. tł. nas.: 38.58 g; Węglow. ogółem: 275.20 g; Cukry proste: 22.26 g; Sód: 4081.85 mg; Błonnik: 33.99 g;	Wart. en.: 2178.38 kcal; Białko: 110.99 g; Tłuszcz: 55.09 g; Kw. tł. nas.: 24.89 g; Węglow. ogółem: 322.19 g; Cukry proste: 59.66 g; Sód: 2255.38 mg; Błonnik: 24.77 g;	Wart. en.: 2292.34 kcal; Białko: 117.75 g; Tłuszcz: 68.14 g; Kw. tł. nas.: 32.83 g; Węglow. ogółem: 315.85 g; Cukry proste: 53.50 g; Sód: 2982.52 mg; Błonnik: 27.20 g;	Wart. en.: 1518.48 kcal; Białko: 87.09 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nas.: 23.58 g; Węglow. ogółem: 196.16 g; Cukry proste: 52.66 g; Sód: 1229.92 mg; Błonnik: 13.17 g;	Wart. en.: 2480.58 kcal; Białko: 125.99 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nas.: 28.69 g; Węglow. ogółem: 367.61 g; Cukry proste: 74.48 g; Sód: 2401.07 mg; Błonnik: 25.81 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
2026-10-15 czwartek	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** Ser żółty 30 g, 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 drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Ser żółty 30 g, 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Ser żółty 30 g, 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 drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	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** Ser żółty 30 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**				Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml		Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet pożarski 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Ogórki kiszone 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet pożarski 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Surówka z buraczków 150 g 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** Szynkowa 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** Szynkowa 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** Szynkowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2553.54 kcal; Białko: 131.18 g; Tłuszcz: 68.20 g; Kw. tł. nas.: 32.32 g; Węglow. ogółem: 367.01 g; Cukry proste: 73.96 g; Sód: 2662.99 mg; Błonnik: 25.81 g;		Wart. en.: 2300.84 kcal; Białko: 109.78 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nas.: 29.39 g; Węglow. ogółem: 307.11 g; Cukry proste: 57.59 g; Sód: 2441.01 mg; Błonnik: 22.71 g;	Wart. en.: 2251.34 kcal; Białko: 116.18 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nas.: 28.52 g; Węglow. ogółem: 321.59 g; Cukry proste: 59.14 g; Sód: 2517.30 mg; Błonnik: 24.77 g;	Wart. en.: 2136.06 kcal; Białko: 109.09 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw. tł. nas.: 38.58 g; Węglow. ogółem: 275.20 g; Cukry proste: 22.26 g; Sód: 4081.85 mg; Błonnik: 33.99 g;	Wart. en.: 2178.38 kcal; Białko: 110.99 g; Tłuszcz: 55.09 g; Kw. tł. nas.: 24.89 g; Węglow. ogółem: 322.19 g; Cukry proste: 59.66 g; Sód: 2255.38 mg; Błonnik: 24.77 g;	Wart. en.: 2602.94 kcal; Białko: 124.79 g; Tłuszcz: 82.54 g; Kw. tł. nas.: 33.19 g; Węglow. ogółem: 352.51 g; Cukry proste: 72.41 g; Sód: 2588.19 mg; Błonnik: 23.75 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-15 czwartek	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 Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	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** Ser żółty 30 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	
	II Ś	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		
	Obiad	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet pożarski 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	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** Szynkowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 2219.38 kcal; Białko: 112.56 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nas.: 29.20 g; Węglow. ogółem: 316.45 g; Cukry proste: 54.01 g; Sód: 2720.60 mg; Błonnik: 27.20 g;	Wart. en.: 2603.04 kcal; Białko: 124.78 g; Tłuszcz: 82.54 g; Kw. tł. nas.: 33.19 g; Węglow. ogółem: 352.53 g; Cukry proste: 72.41 g; Sód: 2586.69 mg; Błonnik: 23.75 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
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** 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** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** 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** Ser twarogowy 80 g, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 50 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** Ser twarogowy 50 g, 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** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Jabłko suszone 1 szt		Jabłko 1 szt	Jabłko suszone 1 szt		Jabłko 1 szt	Jabłko suszone 1 szt
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 250 g, Zawiera: **GLU** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron razowy z brokułem 300 g, Zawiera: **GLU** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 250 g, Zawiera: **GLU** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 250 g, Zawiera: **GLU** Gulasz drobiowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Seler gotowany 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 100 g, Zawiera: **GLU** Sos truskawkowy 50 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 250 g, Zawiera: **GLU** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Sok warzywno-owocowy 330 ml		Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**	Sok warzywno-owocowy 330 ml	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 200 g, Zawiera: **GLU, MLE**	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 100 g, Zawiera: **GLU, MLE**	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 200 g, Zawiera: **GLU, MLE**
	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 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** 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 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** Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**					Mus owocowy 1 szt	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**
		Wart. en.: 2080.33 kcal; Białko: 59.47 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kw. tł. nas.: 22.65 g; Węglow. ogółem: 347.72 g; Cukry proste: 54.86 g; Sód: 2749.15 mg; Błonnik: 33.24 g;	Wart. en.: 2083.21 kcal; Białko: 59.52 g; Tłuszcz: 57.73 g; Kw. tł. nas.: 22.66 g; Węglow. ogółem: 348.04 g; Cukry proste: 55.78 g; Sód: 2748.38 mg; Błonnik: 32.64 g;	Wart. en.: 2046.57 kcal; Białko: 65.35 g; Tłuszcz: 61.69 g; Kw. tł. nas.: 24.43 g; Węglow. ogółem: 327.91 g; Cukry proste: 48.49 g; Sód: 2180.70 mg; Błonnik: 40.77 g;	Wart. en.: 1892.61 kcal; Białko: 63.47 g; Tłuszcz: 42.50 g; Kw. tł. nas.: 21.72 g; Węglow. ogółem: 328.39 g; Cukry proste: 48.72 g; Sód: 2882.32 mg; Błonnik: 28.19 g;	Wart. en.: 2432.19 kcal; Białko: 105.01 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nas.: 26.79 g; Węglow. ogółem: 370.67 g; Cukry proste: 45.45 g; Sód: 2392.36 mg; Błonnik: 36.43 g;	Wart. en.: 1256.15 kcal; Białko: 47.02 g; Tłuszcz: 30.45 g; Kw. tł. nas.: 16.57 g; Węglow. ogółem: 206.07 g; Cukry proste: 67.51 g; Sód: 1181.66 mg; Błonnik: 14.95 g;	Wart. en.: 2347.81 kcal; Białko: 82.83 g; Tłuszcz: 53.19 g; Kw. tł. nas.: 27.80 g; Węglow. ogółem: 399.36 g; Cukry proste: 69.27 g; Sód: 2550.77 mg; Błonnik: 29.08 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
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Rzodkiewka 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 twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** 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** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** 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** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt 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 twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Jabłko suszone 1 szt				Jabłko 1 szt	Jabłko suszone 1 szt	
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 250 g, Zawiera: **GLU** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron 250 g, Zawiera: **GLU** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron razowy z brokułem 300 g, Zawiera: **GLU** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Makaron 250 g, Zawiera: **GLU** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 250 g, Zawiera: **GLU** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 200 g, Zawiera: **GLU, MLE**	Sok warzywno-owocowy 330 ml			Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**	Sok warzywno-owocowy 330 ml	
	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 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** Sałatka jarzynowa 150 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.: 2535.53 kcal; Białko: 78.83 g; Tłuszcz: 68.40 g; Kw. tł. nas.: 28.74 g; Węglow. ogółem: 418.69 g; Cukry proste: 75.41 g; Sód: 2417.59 mg; Błonnik: 34.13 g;	Wart. en.: 2384.61 kcal; Białko: 72.48 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kw. tł. nas.: 26.45 g; Węglow. ogółem: 396.18 g; Cukry proste: 73.28 g; Sód: 3354.06 mg; Błonnik: 35.28 g;	Wart. en.: 2138.73 kcal; Białko: 59.16 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw. tł. nas.: 22.43 g; Węglow. ogółem: 362.69 g; Cukry proste: 52.56 g; Sód: 2722.65 mg; Błonnik: 32.34 g;	Wart. en.: 2141.61 kcal; Białko: 59.21 g; Tłuszcz: 57.50 g; Kw. tł. nas.: 22.44 g; Węglow. ogółem: 363.01 g; Cukry proste: 53.48 g; Sód: 2721.88 mg; Błonnik: 31.74 g;	Wart. en.: 2104.97 kcal; Białko: 65.04 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nas.: 24.21 g; Węglow. ogółem: 342.88 g; Cukry proste: 46.19 g; Sód: 2154.20 mg; Błonnik: 39.87 g;	Wart. en.: 1951.01 kcal; Białko: 63.15 g; Tłuszcz: 42.27 g; Kw. tł. nas.: 21.50 g; Węglow. ogółem: 343.36 g; Cukry proste: 46.41 g; Sód: 2855.82 mg; Błonnik: 27.29 g;	Wart. en.: 2381.73 kcal; Białko: 72.43 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nas.: 26.44 g; Węglow. ogółem: 395.86 g; Cukry proste: 72.36 g; Sód: 3354.83 mg; Błonnik: 35.88 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 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 twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Jabłko suszone 1 szt	
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 250 g, Zawiera: **GLU** Gulasz drobiowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Seler gotowany 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 250 g, Zawiera: **GLU** Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 200 g, Zawiera: **GLU, MLE**		Sok warzywno-owocowy 330 ml
	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** Sałatka jarzynowa 150 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.: 2371.32 kcal; Białko: 118.67 g; Tłuszcz: 65.42 g; Kw. tł. nas.: 34.53 g; Węglow. ogółem: 341.96 g; Cukry proste: 37.22 g; Sód: 24359.69 mg; Błonnik: 29.92 g;	Wart. en.: 2535.53 kcal; Białko: 78.83 g; Tłuszcz: 68.40 g; Kw. tł. nas.: 28.74 g; Węglow. ogółem: 418.69 g; Cukry proste: 75.41 g; Sód: 2417.59 mg; Błonnik: 34.13 g;	Wart. en.: 2381.73 kcal; Białko: 72.43 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nas.: 26.44 g; Węglow. ogółem: 395.86 g; Cukry proste: 72.36 g; Sód: 3354.83 mg; Błonnik: 35.88 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
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** 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** Polędwica drobiowa 50 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** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Kasza manna na mleku 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** 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** Kopytka 200 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml		Zupa szpinakowa 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: **SEL** Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kopytka 200 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kopytka 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Sos jarzynowy 30 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kopytka 200 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** 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** 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** 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 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** Pasta z jaj z zieleniną 100 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	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	Chleb mazowiecki 100 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
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 1858.13 kcal; Białko: 71.76 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw. tł. nas.: 22.50 g; Węglow. ogółem: 291.91 g; Cukry proste: 65.82 g; Sód: 1863.57 mg; Błonnik: 26.31 g;	Wart. en.: 1861.01 kcal; Białko: 71.81 g; Tłuszcz: 51.01 g; Kw. tł. nas.: 22.50 g; Węglow. ogółem: 292.23 g; Cukry proste: 66.73 g; Sód: 1862.80 mg; Błonnik: 25.70 g;	Wart. en.: 1651.43 kcal; Białko: 83.09 g; Tłuszcz: 53.07 g; Kw. tł. nas.: 22.18 g; Węglow. ogółem: 226.09 g; Cukry proste: 47.64 g; Sód: 1870.24 mg; Błonnik: 30.54 g;	Wart. en.: 1815.04 kcal; Białko: 74.45 g; Tłuszcz: 44.76 g; Kw. tł. nas.: 21.55 g; Węglow. ogółem: 292.21 g; Cukry proste: 66.65 g; Sód: 2061.48 mg; Błonnik: 25.66 g;	Wart. en.: 2099.72 kcal; Białko: 99.12 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nas.: 24.56 g; Węglow. ogółem: 295.47 g; Cukry proste: 68.24 g; Sód: 2014.71 mg; Błonnik: 27.59 g;	Wart. en.: 1360.08 kcal; Białko: 56.95 g; Tłuszcz: 46.85 g; Kw. tł. nas.: 22.54 g; Węglow. ogółem: 185.63 g; Cukry proste: 64.65 g; Sód: 1348.71 mg; Błonnik: 14.47 g;	Wart. en.: 2118.41 kcal; Białko: 84.62 g; Tłuszcz: 57.40 g; Kw. tł. nas.: 26.13 g; Węglow. ogółem: 329.94 g; Cukry proste: 81.46 g; Sód: 2002.58 mg; Błonnik: 26.45 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
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 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** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** 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** Polędwica drobiowa 50 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** Polędwica drobiowa 50 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** Polędwica drobiowa 50 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				Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kopytka 200 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml			Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kopytka 200 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: **SEL** Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kopytka 200 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kopytka 200 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** 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** 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** 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** 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** 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 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** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2115.53 kcal; Białko: 84.57 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tł. nas.: 26.12 g; Węglow. ogółem: 329.62 g; Cukry proste: 80.55 g; Sód: 2003.35 mg; Błonnik: 27.06 g;	Wart. en.: 2118.41 kcal; Białko: 84.62 g; Tłuszcz: 57.40 g; Kw. tł. nas.: 26.13 g; Węglow. ogółem: 329.94 g; Cukry proste: 81.46 g; Sód: 2002.58 mg; Błonnik: 26.45 g;	Wart. en.: 1858.13 kcal; Białko: 71.76 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw. tł. nas.: 22.50 g; Węglow. ogółem: 291.91 g; Cukry proste: 65.82 g; Sód: 1863.57 mg; Błonnik: 26.31 g;	Wart. en.: 1861.01 kcal; Białko: 71.81 g; Tłuszcz: 51.01 g; Kw. tł. nas.: 22.50 g; Węglow. ogółem: 292.23 g; Cukry proste: 66.73 g; Sód: 1862.80 mg; Błonnik: 25.70 g;	Wart. en.: 1651.43 kcal; Białko: 83.09 g; Tłuszcz: 53.07 g; Kw. tł. nas.: 22.18 g; Węglow. ogółem: 226.09 g; Cukry proste: 47.64 g; Sód: 1870.24 mg; Błonnik: 30.54 g;	Wart. en.: 1815.04 kcal; Białko: 74.45 g; Tłuszcz: 44.76 g; Kw. tł. nas.: 21.55 g; Węglow. ogółem: 292.21 g; Cukry proste: 66.65 g; Sód: 2061.48 mg; Błonnik: 25.66 g;	Wart. en.: 1858.03 kcal; Białko: 71.77 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw. tł. nas.: 22.50 g; Węglow. ogółem: 291.89 g; Cukry proste: 65.82 g; Sód: 1865.07 mg; Błonnik: 26.31 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** 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** Kopytka 200 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml		
	P	Jogurt naturalny 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** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 1815.04 kcal; Białko: 74.45 g; Tłuszcz: 44.76 g; Kw. tł. nas.: 21.55 g; Węglow. ogółem: 292.21 g; Cukry proste: 66.65 g; Sód: 2061.48 mg; Błonnik: 25.66 g;	Wart. en.: 2115.53 kcal; Białko: 84.57 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tł. nas.: 26.12 g; Węglow. ogółem: 329.62 g; Cukry proste: 80.55 g; Sód: 2003.35 mg; Błonnik: 27.06 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
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** 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** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 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** 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** Twarożek z koperkiem 100 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Płatki owsiane na mleku 150 g, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 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** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Mus owocowy 1 szt		Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml					Rosół z makaronem 150 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza bulgur 80 g, Zawiera: **GLU** Sztuka mięsa w sosie 80 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko 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** 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** Pomidor 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 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** 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** Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Smoothie 1 ml		Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Smoothie 1 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Smoothie 1 ml	
		Wart. en.: 1873.40 kcal; Białko: 73.06 g; Tłuszcz: 57.16 g; Kw. tł. nas.: 23.41 g; Węglow. ogółem: 276.65 g; Cukry proste: 57.58 g; Sód: 1676.51 mg; Błonnik: 20.02 g;		Wart. en.: 1951.62 kcal; Białko: 102.92 g; Tłuszcz: 68.71 g; Kw. tł. nas.: 29.70 g; Węglow. ogółem: 244.66 g; Cukry proste: 34.56 g; Sód: 2678.23 mg; Błonnik: 28.39 g;	Wart. en.: 1791.59 kcal; Białko: 71.30 g; Tłuszcz: 50.05 g; Kw. tł. nas.: 21.48 g; Węglow. ogółem: 273.80 g; Cukry proste: 57.48 g; Sód: 1424.09 mg; Błonnik: 19.97 g;	Wart. en.: 2061.28 kcal; Białko: 105.47 g; Tłuszcz: 68.96 g; Kw. tł. nas.: 30.56 g; Węglow. ogółem: 264.34 g; Cukry proste: 44.90 g; Sód: 2348.47 mg; Błonnik: 19.22 g;	Wart. en.: 1212.44 kcal; Białko: 52.82 g; Tłuszcz: 40.32 g; Kw. tł. nas.: 19.31 g; Węglow. ogółem: 166.00 g; Cukry proste: 52.57 g; Sód: 1023.37 mg; Błonnik: 12.89 g;	Wart. en.: 2057.39 kcal; Białko: 85.07 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nas.: 25.43 g; Węglow. ogółem: 309.29 g; Cukry proste: 72.45 g; Sód: 1564.47 mg; Błonnik: 22.04 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
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** 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** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** 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** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 40 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** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Mus owocowy 1 szt				Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml				Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko 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** 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** Pomidor 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 wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Smoothie 1 ml				Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Smoothie 1 ml	
		Wart. en.: 2139.20 kcal; Białko: 86.83 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw. tł. nas.: 27.35 g; Węglow. ogółem: 312.14 g; Cukry proste: 72.55 g; Sód: 1816.89 mg; Błonnik: 22.09 g;		Wart. en.: 1870.03 kcal; Białko: 72.33 g; Tłuszcz: 56.64 g; Kw. tł. nas.: 23.36 g; Węglow. ogółem: 277.99 g; Cukry proste: 61.80 g; Sód: 1688.32 mg; Błonnik: 20.61 g;		Wart. en.: 1948.26 kcal; Białko: 102.19 g; Tłuszcz: 68.20 g; Kw. tł. nas.: 29.65 g; Węglow. ogółem: 246.00 g; Cukry proste: 38.78 g; Sód: 2690.04 mg; Błonnik: 28.98 g;	Wart. en.: 1788.23 kcal; Białko: 70.58 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nas.: 21.44 g; Węglow. ogółem: 275.13 g; Cukry proste: 61.69 g; Sód: 1435.90 mg; Błonnik: 20.56 g;	Wart. en.: 1873.40 kcal; Białko: 73.06 g; Tłuszcz: 57.16 g; Kw. tł. nas.: 23.41 g; Węglow. ogółem: 276.65 g; Cukry proste: 57.58 g; Sód: 1676.51 mg; Błonnik: 20.02 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt 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** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Mus owocowy 1 szt		
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml		Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Kasza bulgur 200 g, Zawiera: **GLU** Sztuka mięsa w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko 1 szt		
	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 wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Smoothie 1 ml		
		Wart. en.: 1685.59 kcal; Białko: 69.32 g; Tłuszcz: 48.47 g; Kw. tł. nas.: 21.20 g; Węglow. ogółem: 251.97 g; Cukry proste: 57.63 g; Sód: 1430.04 mg; Błonnik: 17.99 g;	Wart. en.: 2033.19 kcal; Białko: 84.85 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nas.: 27.07 g; Węglow. ogółem: 290.31 g; Cukry proste: 72.71 g; Sód: 1822.84 mg; Błonnik: 20.11 g;	Wart. en.: 2139.20 kcal; Białko: 86.83 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw. tł. nas.: 27.35 g; Węglow. ogółem: 312.14 g; Cukry proste: 72.55 g; Sód: 1816.89 mg; Błonnik: 22.09 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
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** 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** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** 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 wp 40 g, Zawiera: **GLU, 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** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 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** Serek nat. Haga 2 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 wp 40 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	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
	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka panierowany 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** 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** Ziemniaki 80 g Filet z pieca 70 g, Zawiera: **SEL** Surówka z marchewki i jabłka 75 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** Ziemniaki 80 g Filet z pieca 70 g, Zawiera: **SEL** Surówka z marchewki i jabłka 75 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
	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**		Chrupki kukurydziane 30 g	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. 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 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** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Mus owocowy 1 szt		Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt			
		Wart. en.: 2137.26 kcal; Białko: 83.75 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw. tł. nas.: 28.18 g; Węglow. ogółem: 302.18 g; Cukry proste: 50.60 g; Sód: 2602.39 mg; Błonnik: 25.89 g;	Wart. en.: 1925.80 kcal; Białko: 82.36 g; Tłuszcz: 55.34 g; Kw. tł. nas.: 26.77 g; Węglow. ogółem: 287.37 g; Cukry proste: 50.96 g; Sód: 2474.99 mg; Błonnik: 25.02 g;	Wart. en.: 1716.06 kcal; Białko: 96.02 g; Tłuszcz: 64.40 g; Kw. tł. nas.: 34.47 g; Węglow. ogółem: 202.06 g; Cukry proste: 37.04 g; Sód: 3097.51 mg; Błonnik: 26.67 g;	Wart. en.: 1843.92 kcal; Białko: 78.62 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nas.: 21.96 g; Węglow. ogółem: 287.71 g; Cukry proste: 50.92 g; Sód: 2377.67 mg; Błonnik: 25.02 g;	Wart. en.: 2026.10 kcal; Białko: 100.39 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kw. tł. nas.: 30.60 g; Węglow. ogółem: 279.86 g; Cukry proste: 52.71 g; Sód: 3042.99 mg; Błonnik: 22.96 g;	Wart. en.: 1181.00 kcal; Białko: 51.76 g; Tłuszcz: 29.77 g; Kw. tł. nas.: 14.95 g; Węglow. ogółem: 184.44 g; Cukry proste: 55.71 g; Sód: 884.10 mg; Błonnik: 15.65 g;	Wart. en.: 2146.12 kcal; Białko: 93.62 g; Tłuszcz: 54.79 g; Kw. tł. nas.: 25.76 g; Węglow. ogółem: 333.13 g; Cukry proste: 65.74 g; Sód: 2523.36 mg; Błonnik: 26.06 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
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** 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** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** 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** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** 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 wp 40 g, Zawiera: **GLU, 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** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Jabłko suszone 1 szt				Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko suszone 1 szt	
	Obiad	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** Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka panierowany 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** 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** Ziemniaki 80 g Filet z pieca 70 g, Zawiera: **SEL** Surówka z marchewki i jabłka 75 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** Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka panierowany 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Surówka z marchewki i jabłka 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** 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	Mus owocowy 1 szt				Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2228.00 kcal; Białko: 97.36 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kw. tł. nas.: 30.57 g; Węglow. ogółem: 332.79 g; Cukry proste: 65.78 g; Sód: 2620.67 mg; Błonnik: 26.06 g;		Wart. en.: 2137.26 kcal; Białko: 83.75 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw. tł. nas.: 28.18 g; Węglow. ogółem: 302.18 g; Cukry proste: 50.60 g; Sód: 2602.39 mg; Błonnik: 25.89 g;	Wart. en.: 1925.80 kcal; Białko: 82.36 g; Tłuszcz: 55.34 g; Kw. tł. nas.: 26.77 g; Węglow. ogółem: 287.37 g; Cukry proste: 50.96 g; Sód: 2474.99 mg; Błonnik: 25.02 g;	Wart. en.: 1716.06 kcal; Białko: 96.02 g; Tłuszcz: 64.40 g; Kw. tł. nas.: 34.47 g; Węglow. ogółem: 202.06 g; Cukry proste: 37.04 g; Sód: 3097.51 mg; Błonnik: 26.67 g;	Wart. en.: 1843.92 kcal; Białko: 78.62 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nas.: 21.96 g; Węglow. ogółem: 287.71 g; Cukry proste: 50.92 g; Sód: 2377.67 mg; Błonnik: 25.02 g;	Wart. en.: 2439.46 kcal; Białko: 98.75 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kw. tł. nas.: 31.98 g; Węglow. ogółem: 347.60 g; Cukry proste: 65.42 g; Sód: 2748.07 mg; Błonnik: 26.93 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-19 poniedziałek	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 Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko suszone 1 szt	
	Obiad	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** Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka panierowany 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Surówka z marchewki i jabłka 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** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2020.22 kcal; Białko: 108.05 g; Tłuszcz: 61.58 g; Kw. tł. nas.: 30.53 g; Węglow. ogółem: 2621.55 g; Cukry proste: 2156.92 g; Sód: 74537.67 mg; Błonnik: 22.16 g;	Wart. en.: 2439.46 kcal; Białko: 98.75 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kw. tł. nas.: 31.98 g; Węglow. ogółem: 347.60 g; Cukry proste: 65.42 g; Sód: 2748.07 mg; Błonnik: 26.93 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
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 100 g Kechup 10 g Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 100 g Kechup 10 g 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** Kiełbaska na ciepło 100 g Kechup 10 g Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** 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** Kiełbaska na ciepło 100 g Kechup 10 g Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 150 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 50 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	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kluski śląskie 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kluski śląskie 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kluski śląskie 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Gulasz wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kluski śląskie 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Chrupki kukurydziane 30 g		Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Chrupki kukurydziane 30 g			
	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** Polędwica wp 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 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** Polędwica wp 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 wp 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.: 2314.25 kcal; Białko: 107.66 g; Tłuszcz: 85.06 g; Kw. tł. nas.: 37.07 g; Węglow. ogółem: 292.77 g; Cukry proste: 32.38 g; Sód: 2881.37 mg; Błonnik: 26.20 g;	Wart. en.: 2317.13 kcal; Białko: 107.71 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nas.: 37.08 g; Węglow. ogółem: 293.09 g; Cukry proste: 33.29 g; Sód: 2880.60 mg; Błonnik: 25.59 g;	Wart. en.: 2256.34 kcal; Białko: 116.53 g; Tłuszcz: 86.85 g; Kw. tł. nas.: 37.90 g; Węglow. ogółem: 269.87 g; Cukry proste: 48.98 g; Sód: 3159.80 mg; Błonnik: 34.05 g;	Wart. en.: 2101.04 kcal; Białko: 91.89 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kw. tł. nas.: 31.77 g; Węglow. ogółem: 288.40 g; Cukry proste: 30.79 g; Sód: 2297.50 mg; Błonnik: 25.23 g;	Wart. en.: 2317.13 kcal; Białko: 107.71 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nas.: 37.08 g; Węglow. ogółem: 293.09 g; Cukry proste: 33.29 g; Sód: 2880.60 mg; Błonnik: 25.59 g;	Wart. en.: 1555.02 kcal; Białko: 68.79 g; Tłuszcz: 56.77 g; Kw. tł. nas.: 28.62 g; Węglow. ogółem: 200.87 g; Cukry proste: 28.35 g; Sód: 1620.43 mg; Błonnik: 16.90 g;	Wart. en.: 2391.64 kcal; Białko: 104.77 g; Tłuszcz: 76.33 g; Kw. tł. nas.: 35.40 g; Węglow. ogółem: 334.66 g; Cukry proste: 45.57 g; Sód: 2438.79 mg; Błonnik: 26.19 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
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 100 g Kechup 10 g Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 100 g Kechup 10 g 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** Kiełbaska na ciepło 100 g Kechup 10 g Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 100 g Kechup 10 g 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** Kiełbaska na ciepło 100 g Kechup 10 g Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 100 g Kechup 10 g Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kluski śląskie 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml				Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kluski śląskie 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	
	P	Chrupki kukurydziane 30 g				Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Chrupki kukurydziane 30 g	
	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** Polędwica wp 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 twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2604.85 kcal; Białko: 120.54 g; Tłuszcz: 91.34 g; Kw. tł. nas.: 40.70 g; Węglow. ogółem: 339.03 g; Cukry proste: 47.16 g; Sód: 3022.65 mg; Błonnik: 27.16 g;	Wart. en.: 2607.73 kcal; Białko: 120.59 g; Tłuszcz: 91.37 g; Kw. tł. nas.: 40.71 g; Węglow. ogółem: 339.35 g; Cukry proste: 48.07 g; Sód: 3021.88 mg; Błonnik: 26.55 g;	Wart. en.: 2314.25 kcal; Białko: 107.66 g; Tłuszcz: 85.06 g; Kw. tł. nas.: 37.07 g; Węglow. ogółem: 292.77 g; Cukry proste: 32.38 g; Sód: 2881.37 mg; Błonnik: 26.20 g;	Wart. en.: 2317.13 kcal; Białko: 107.71 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nas.: 37.08 g; Węglow. ogółem: 293.09 g; Cukry proste: 33.29 g; Sód: 2880.60 mg; Błonnik: 25.59 g;	Wart. en.: 2256.34 kcal; Białko: 116.53 g; Tłuszcz: 86.85 g; Kw. tł. nas.: 37.90 g; Węglow. ogółem: 269.87 g; Cukry proste: 48.98 g; Sód: 3159.80 mg; Błonnik: 34.05 g;	Wart. en.: 2101.04 kcal; Białko: 91.89 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kw. tł. nas.: 31.77 g; Węglow. ogółem: 288.40 g; Cukry proste: 30.79 g; Sód: 2297.50 mg; Błonnik: 25.23 g;	Wart. en.: 2604.85 kcal; Białko: 120.54 g; Tłuszcz: 91.34 g; Kw. tł. nas.: 40.70 g; Węglow. ogółem: 339.03 g; Cukry proste: 47.16 g; Sód: 3022.65 mg; Błonnik: 27.16 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 100 g Kechup 10 g Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kluski śląskie 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml		
	P	Chrupki kukurydziane 30 g		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 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 twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**		
		Wart. en.: 2101.04 kcal; Białko: 91.89 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kw. tł. nas.: 31.77 g; Węglow. ogółem: 288.40 g; Cukry proste: 30.79 g; Sód: 2297.50 mg; Błonnik: 25.23 g;	Wart. en.: 2604.85 kcal; Białko: 120.54 g; Tłuszcz: 91.34 g; Kw. tł. nas.: 40.70 g; Węglow. ogółem: 339.03 g; Cukry proste: 47.16 g; Sód: 3022.65 mg; Błonnik: 27.16 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,