		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-11 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 80 g Ketchup 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 80 g Ketchup 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 80 g Ketchup 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt			
	Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z pomidorem i jogurtem 100 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml					Zupa jarzynowa 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 80 g Pulpet wieprzowy 60 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 30 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z pomidorem i jogurtem 50 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z pomidorem i jogurtem 100 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko suszone 1 szt		Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko suszone 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko suszone 1 szt	
	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** Papryka 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** Pomidory 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** Papryka 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** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Banany szt 1 szt		Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Banany szt 1 szt	Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Banany szt 1 szt	
		Wart. en.: 1882.04 kcal; Białko: 75.05 g; Tłuszcz: 58.41 g; Kw. tł. nas.: 24.49 g; Węglow. ogółem: 277.99 g; Cukry proste: 47.58 g; Sód: 1981.80 mg; Błonnik: 26.76 g;	Wart. en.: 1930.52 kcal; Białko: 75.32 g; Tłuszcz: 58.68 g; Kw. tł. nas.: 24.51 g; Węglow. ogółem: 290.07 g; Cukry proste: 57.34 g; Sód: 1987.58 mg; Błonnik: 28.57 g;	Wart. en.: 1900.12 kcal; Białko: 96.87 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kw. tł. nas.: 29.99 g; Węglow. ogółem: 241.97 g; Cukry proste: 32.43 g; Sód: 2775.04 mg; Błonnik: 31.96 g;	Wart. en.: 1695.38 kcal; Białko: 71.05 g; Tłuszcz: 36.97 g; Kw. tł. nas.: 18.20 g; Węglow. ogółem: 284.03 g; Cukry proste: 56.86 g; Sód: 1446.72 mg; Błonnik: 28.16 g;	Wart. en.: 1998.60 kcal; Białko: 98.54 g; Tłuszcz: 67.34 g; Kw. tł. nas.: 29.97 g; Węglow. ogółem: 262.25 g; Cukry proste: 41.20 g; Sód: 2648.82 mg; Błonnik: 24.37 g;	Wart. en.: 1204.29 kcal; Białko: 50.13 g; Tłuszcz: 33.35 g; Kw. tł. nas.: 17.26 g; Węglow. ogółem: 185.12 g; Cukry proste: 55.44 g; Sód: 963.78 mg; Błonnik: 17.87 g;	Wart. en.: 1997.58 kcal; Białko: 86.05 g; Tłuszcz: 44.01 g; Kw. tł. nas.: 21.99 g; Węglow. ogółem: 329.45 g; Cukry proste: 71.68 g; Sód: 1592.41 mg; Błonnik: 29.20 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-11-11 środa	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 80 g Ketchup 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 80 g Ketchup 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 80 g Ketchup 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 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt
	Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z pomidorem i jogurtem 100 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z pomidorem i jogurtem 100 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml				Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z pomidorem i jogurtem 100 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko suszone 1 szt				Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, MLE, GOR** Papryka 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** Pomidory 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** Papryka 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** Pomidory 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** Papryka 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** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Banany szt 1 szt				Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Banany szt 1 szt	
		Wart. en.: 2184.24 kcal; Białko: 90.05 g; Tłuszcz: 65.45 g; Kw. tł. nas.: 28.28 g; Węglow. ogółem: 323.41 g; Cukry proste: 62.40 g; Sód: 2127.48 mg; Błonnik: 27.80 g;	Wart. en.: 2232.72 kcal; Białko: 90.32 g; Tłuszcz: 65.72 g; Kw. tł. nas.: 28.30 g; Węglow. ogółem: 335.49 g; Cukry proste: 72.16 g; Sód: 2133.26 mg; Błonnik: 29.61 g;	Wart. en.: 1897.07 kcal; Białko: 74.51 g; Tłuszcz: 58.28 g; Kw. tł. nas.: 24.47 g; Węglow. ogółem: 282.44 g; Cukry proste: 52.84 g; Sód: 2023.97 mg; Błonnik: 26.58 g;	Wart. en.: 1945.55 kcal; Białko: 74.78 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nas.: 24.49 g; Węglow. ogółem: 294.51 g; Cukry proste: 62.60 g; Sód: 2029.75 mg; Błonnik: 28.38 g;	Wart. en.: 1915.15 kcal; Białko: 96.33 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw. tł. nas.: 29.97 g; Węglow. ogółem: 246.42 g; Cukry proste: 37.70 g; Sód: 2817.21 mg; Błonnik: 31.78 g;	Wart. en.: 1710.41 kcal; Białko: 70.52 g; Tłuszcz: 36.85 g; Kw. tł. nas.: 18.18 g; Węglow. ogółem: 288.48 g; Cukry proste: 62.12 g; Sód: 1488.89 mg; Błonnik: 27.97 g;	Wart. en.: 1875.67 kcal; Białko: 74.89 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nas.: 24.46 g; Węglow. ogółem: 276.81 g; Cukry proste: 46.72 g; Sód: 1986.89 mg; Błonnik: 26.38 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-11 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g 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 80 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU** Ketchup 10 g	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**
	II Ś	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z pomidorem i jogurtem 100 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos koperkowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Sałata z pomidorem i jogurtem 100 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jabłko suszone 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Papryka 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Banany szt 1 szt		
		Wart. en.: 1716.69 kcal; Białko: 70.69 g; Tłuszcz: 37.01 g; Kw. tł. nas.: 18.20 g; Węglow. ogółem: 289.65 g; Cukry proste: 62.98 g; Sód: 1485.30 mg; Błonnik: 28.35 g;	Wart. en.: 2177.97 kcal; Białko: 89.88 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nas.: 28.26 g; Węglow. ogółem: 322.24 g; Cukry proste: 61.54 g; Sód: 2131.07 mg; Błonnik: 27.42 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-12 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica 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** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Herbatniki 1 szt, Zawiera: **GLU, MLE**		Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Herbatniki 1 szt, Zawiera: **GLU. MLE**	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Herbatniki 1 szt, Zawiera: **GLU, MLE**	
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Łazanki 250 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 100 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 100 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Seler gotowany 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 100 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml		Zupa ziemniaczana 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 80 g Kurczak gotowany 70 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 30 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 75 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 100 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Sok warzywno-owocowy 330 ml		Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**	Sok warzywno-owocowy 330 ml		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** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**			
		Wart. en.: 2275.88 kcal; Białko: 111.79 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nas.: 29.35 g; Węglow. ogółem: 312.03 g; Cukry proste: 45.36 g; Sód: 3721.47 mg; Błonnik: 28.24 g;	Wart. en.: 2432.40 kcal; Białko: 98.84 g; Tłuszcz: 104.64 g; Kw. tł. nas.: 54.58 g; Węglow. ogółem: 288.68 g; Cukry proste: 53.50 g; Sód: 2799.39 mg; Błonnik: 28.56 g;	Wart. en.: 2265.19 kcal; Białko: 113.19 g; Tłuszcz: 88.07 g; Kw. tł. nas.: 43.48 g; Węglow. ogółem: 274.41 g; Cukry proste: 25.20 g; Sód: 3057.18 mg; Błonnik: 38.21 g;	Wart. en.: 2260.34 kcal; Białko: 93.07 g; Tłuszcz: 89.39 g; Kw. tł. nas.: 49.09 g; Węglow. ogółem: 285.71 g; Cukry proste: 53.84 g; Sód: 2570.87 mg; Błonnik: 28.36 g;	Wart. en.: 2527.28 kcal; Białko: 116.62 g; Tłuszcz: 105.97 g; Kw. tł. nas.: 57.85 g; Węglow. ogółem: 291.15 g; Cukry proste: 58.28 g; Sód: 3366.04 mg; Błonnik: 27.46 g;	Wart. en.: 1561.16 kcal; Białko: 73.62 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw. tł. nas.: 35.71 g; Węglow. ogółem: 174.94 g; Cukry proste: 46.33 g; Sód: 1072.18 mg; Błonnik: 14.93 g;	Wart. en.: 2679.94 kcal; Białko: 113.24 g; Tłuszcz: 101.24 g; Kw. tł. nas.: 55.33 g; Węglow. ogółem: 344.03 g; Cukry proste: 71.86 g; Sód: 1774.01 mg; Błonnik: 28.68 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
2026-11-12 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** 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** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Herbatniki 1 szt, Zawiera: **GLU, MLE**				Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Herbatniki 1 szt, Zawiera: **GLU, MLE**	
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 100 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Łazanki 250 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 100 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 100 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Seler gotowany 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 100 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Łazanki 250 g, Zawiera: **GLU** Woda z cytryną 200 ml
	P	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 200 g, Zawiera: **GLU, MLE**	Sok warzywno-owocowy 330 ml			Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**	Sok warzywno-owocowy 330 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**				Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**	
		Wart. en.: 2852.00 kcal; Białko: 119.01 g; Tłuszcz: 116.50 g; Kw. tł. nas.: 60.83 g; Węglow. ogółem: 347.00 g; Cukry proste: 71.52 g; Sód: 2002.53 mg; Błonnik: 28.88 g;	Wart. en.: 2698.20 kcal; Białko: 112.61 g; Tłuszcz: 112.80 g; Kw. tł. nas.: 58.53 g; Węglow. ogółem: 324.17 g; Cukry proste: 68.47 g; Sód: 2939.77 mg; Błonnik: 30.63 g;	Wart. en.: 2275.88 kcal; Białko: 111.79 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nas.: 29.35 g; Węglow. ogółem: 312.03 g; Cukry proste: 45.36 g; Sód: 3721.47 mg; Błonnik: 28.24 g;	Wart. en.: 2432.40 kcal; Białko: 98.84 g; Tłuszcz: 104.64 g; Kw. tł. nas.: 54.58 g; Węglow. ogółem: 288.68 g; Cukry proste: 53.50 g; Sód: 2799.39 mg; Błonnik: 28.56 g;	Wart. en.: 2265.19 kcal; Białko: 113.19 g; Tłuszcz: 88.07 g; Kw. tł. nas.: 43.48 g; Węglow. ogółem: 274.41 g; Cukry proste: 25.20 g; Sód: 3057.18 mg; Błonnik: 38.21 g;	Wart. en.: 2260.34 kcal; Białko: 93.07 g; Tłuszcz: 89.39 g; Kw. tł. nas.: 49.09 g; Węglow. ogółem: 285.71 g; Cukry proste: 53.84 g; Sód: 2570.87 mg; Błonnik: 28.36 g;	Wart. en.: 2541.68 kcal; Białko: 125.56 g; Tłuszcz: 79.01 g; Kw. tł. nas.: 33.30 g; Węglow. ogółem: 347.52 g; Cukry proste: 60.33 g; Sód: 3861.85 mg; Błonnik: 30.31 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-12 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Herbatniki 1 szt, Zawiera: **GLU, MLE**	
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 100 g, Zawiera: **SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Marchew oprószana 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Łazanki 250 g, Zawiera: **GLU** 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** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 2509.02 kcal; Białko: 117.25 g; Tłuszcz: 94.41 g; Kw. tł. nas.: 54.66 g; Węglow. ogółem: 311.01 g; Cukry proste: 61.67 g; Sód: 2200.28 mg; Błonnik: 25.51 g;	Wart. en.: 2695.48 kcal; Białko: 131.96 g; Tłuszcz: 82.70 g; Kw. tł. nas.: 35.60 g; Węglow. ogółem: 370.35 g; Cukry proste: 63.38 g; Sód: 2924.61 mg; Błonnik: 28.56 g;	Wart. en.: 2541.68 kcal; Białko: 125.56 g; Tłuszcz: 79.01 g; Kw. tł. nas.: 33.30 g; Węglow. ogółem: 347.52 g; Cukry proste: 60.33 g; Sód: 3861.85 mg; Błonnik: 30.31 g;

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-13 piątek	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** Szynka wp 30 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** 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 100 g, Zawiera: **MLE** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 150 g, Zawiera: **GLU, 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	Makaron na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, 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 1 szt				Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko 1 szt	
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml				Zupa grysikowa 150 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 80 g Ryba z pieca 70 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Mus owocowy 1 szt		Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 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** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 60 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2234.49 kcal; Białko: 73.78 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nas.: 28.00 g; Węglow. ogółem: 342.65 g; Cukry proste: 55.04 g; Sód: 2469.88 mg; Błonnik: 28.14 g;	Wart. en.: 2022.04 kcal; Białko: 70.76 g; Tłuszcz: 53.33 g; Kw. tł. nas.: 26.67 g; Węglow. ogółem: 329.47 g; Cukry proste: 56.62 g; Sód: 2051.90 mg; Błonnik: 28.99 g;	Wart. en.: 1892.28 kcal; Białko: 79.10 g; Tłuszcz: 58.11 g; Kw. tł. nas.: 28.97 g; Węglow. ogółem: 282.28 g; Cukry proste: 37.62 g; Sód: 2435.07 mg; Błonnik: 37.59 g;	Wart. en.: 1945.24 kcal; Białko: 67.19 g; Tłuszcz: 46.38 g; Kw. tł. nas.: 21.81 g; Węglow. ogółem: 329.47 g; Cukry proste: 56.58 g; Sód: 2058.94 mg; Błonnik: 28.99 g;	Wart. en.: 2262.89 kcal; Białko: 103.10 g; Tłuszcz: 70.62 g; Kw. tł. nas.: 37.28 g; Węglow. ogółem: 317.49 g; Cukry proste: 44.52 g; Sód: 2459.81 mg; Błonnik: 26.00 g;	Wart. en.: 1399.81 kcal; Białko: 56.22 g; Tłuszcz: 43.98 g; Kw. tł. nas.: 22.66 g; Węglow. ogółem: 204.13 g; Cukry proste: 56.00 g; Sód: 1620.78 mg; Błonnik: 18.48 g;	Wart. en.: 2207.44 kcal; Białko: 80.69 g; Tłuszcz: 52.86 g; Kw. tł. nas.: 25.47 g; Węglow. ogółem: 367.42 g; Cukry proste: 71.43 g; Sód: 2198.43 mg; Błonnik: 29.71 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-11-13 piątek	Śniadanie	Makaron na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, 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** Szynka wp 30 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, 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 1 szt						
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml		Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml			Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Mus owocowy 1 szt				Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 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** Pomidory 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** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2284.24 kcal; Białko: 84.26 g; Tłuszcz: 59.81 g; Kw. tł. nas.: 30.33 g; Węglow. ogółem: 367.42 g; Cukry proste: 71.47 g; Sód: 2191.39 mg; Błonnik: 29.71 g;		Wart. en.: 2234.49 kcal; Białko: 73.78 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nas.: 28.00 g; Węglow. ogółem: 342.65 g; Cukry proste: 55.04 g; Sód: 2469.88 mg; Błonnik: 28.14 g;	Wart. en.: 2022.04 kcal; Białko: 70.76 g; Tłuszcz: 53.33 g; Kw. tł. nas.: 26.67 g; Węglow. ogółem: 329.47 g; Cukry proste: 56.62 g; Sód: 2051.90 mg; Błonnik: 28.99 g;	Wart. en.: 1892.28 kcal; Białko: 79.10 g; Tłuszcz: 58.11 g; Kw. tł. nas.: 28.97 g; Węglow. ogółem: 282.28 g; Cukry proste: 37.62 g; Sód: 2435.07 mg; Błonnik: 37.59 g;	Wart. en.: 1945.24 kcal; Białko: 67.19 g; Tłuszcz: 46.38 g; Kw. tł. nas.: 21.81 g; Węglow. ogółem: 329.47 g; Cukry proste: 56.58 g; Sód: 2058.94 mg; Błonnik: 28.99 g;	Wart. en.: 2496.69 kcal; Białko: 87.28 g; Tłuszcz: 75.97 g; Kw. tł. nas.: 31.66 g; Węglow. ogółem: 380.60 g; Cukry proste: 69.89 g; Sód: 2609.37 mg; Błonnik: 28.86 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-13 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Szynka wp 30 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, 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 1 szt		
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Mus owocowy 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**		
		Wart. en.: 1899.48 kcal; Białko: 72.67 g; Tłuszcz: 47.56 g; Kw. tł. nas.: 22.31 g; Węglow. ogółem: 309.89 g; Cukry proste: 56.08 g; Sód: 2253.61 mg; Błonnik: 28.99 g;	Wart. en.: 2496.69 kcal; Białko: 87.28 g; Tłuszcz: 75.97 g; Kw. tł. nas.: 31.66 g; Węglow. ogółem: 380.60 g; Cukry proste: 69.89 g; Sód: 2609.37 mg; Błonnik: 28.86 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-14 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Płatki kukurydziane na mleku 150 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 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		Gejfruty 100 g	Banany szt 1 szt			
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml		Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z warzywami 300 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Gulasz drobiowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 150 g Sos waniliowy 30 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Smoothie 250 ml		Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Smoothie 250 ml	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Smoothie 250 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Papryka 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Papryka 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2233.51 kcal; Białko: 71.60 g; Tłuszcz: 52.61 g; Kw. tł. nas.: 25.82 g; Węglow. ogółem: 383.12 g; Cukry proste: 129.11 g; Sód: 1853.10 mg; Błonnik: 28.77 g;	Wart. en.: 2227.23 kcal; Białko: 71.43 g; Tłuszcz: 52.45 g; Kw. tł. nas.: 25.80 g; Węglow. ogółem: 381.95 g; Cukry proste: 128.25 g; Sód: 1856.69 mg; Błonnik: 28.38 g;	Wart. en.: 1954.27 kcal; Białko: 76.34 g; Tłuszcz: 56.38 g; Kw. tł. nas.: 27.20 g; Węglow. ogółem: 303.44 g; Cukry proste: 37.41 g; Sód: 2435.52 mg; Błonnik: 35.29 g;	Wart. en.: 2147.06 kcal; Białko: 67.99 g; Tłuszcz: 45.02 g; Kw. tł. nas.: 24.48 g; Węglow. ogółem: 382.07 g; Cukry proste: 128.71 g; Sód: 1735.48 mg; Błonnik: 28.34 g;	Wart. en.: 2131.32 kcal; Białko: 110.56 g; Tłuszcz: 54.91 g; Kw. tł. nas.: 24.61 g; Węglow. ogółem: 310.69 g; Cukry proste: 71.72 g; Sód: 2454.71 mg; Błonnik: 23.01 g;	Wart. en.: 1636.51 kcal; Białko: 51.58 g; Tłuszcz: 44.88 g; Kw. tł. nas.: 22.87 g; Węglow. ogółem: 267.11 g; Cukry proste: 121.38 g; Sód: 1314.46 mg; Błonnik: 20.05 g;	Wart. en.: 2448.46 kcal; Białko: 80.95 g; Tłuszcz: 52.02 g; Kw. tł. nas.: 28.27 g; Węglow. ogółem: 430.21 g; Cukry proste: 146.21 g; Sód: 2341.17 mg; Błonnik: 30.98 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-11-14 sobota	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** 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 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt				Gejfruty 100 g	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z warzywami 300 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Smoothie 250 ml				Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Smoothie 250 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Papryka 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** Pomidory 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** Papryka 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Papryka 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** Pomidory 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** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2534.91 kcal; Białko: 84.56 g; Tłuszcz: 59.61 g; Kw. tł. nas.: 29.61 g; Węglow. ogółem: 431.26 g; Cukry proste: 146.61 g; Sód: 2458.78 mg; Błonnik: 31.41 g;	Wart. en.: 2528.63 kcal; Białko: 84.39 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nas.: 29.58 g; Węglow. ogółem: 430.09 g; Cukry proste: 145.75 g; Sód: 2462.37 mg; Błonnik: 31.02 g;	Wart. en.: 2287.96 kcal; Białko: 71.65 g; Tłuszcz: 52.54 g; Kw. tł. nas.: 25.84 g; Węglow. ogółem: 396.67 g; Cukry proste: 129.06 g; Sód: 1839.44 mg; Błonnik: 28.26 g;	Wart. en.: 2278.69 kcal; Białko: 71.36 g; Tłuszcz: 52.33 g; Kw. tł. nas.: 25.80 g; Węglow. ogółem: 394.88 g; Cukry proste: 127.77 g; Sód: 1842.75 mg; Błonnik: 27.69 g;	Wart. en.: 2002.74 kcal; Białko: 76.15 g; Tłuszcz: 56.21 g; Kw. tł. nas.: 27.19 g; Węglow. ogółem: 315.75 g; Cukry proste: 36.51 g; Sód: 2421.30 mg; Błonnik: 34.41 g;	Wart. en.: 2198.52 kcal; Białko: 67.92 g; Tłuszcz: 44.90 g; Kw. tł. nas.: 24.49 g; Węglow. ogółem: 395.00 g; Cukry proste: 128.23 g; Sód: 1721.54 mg; Błonnik: 27.65 g;	Wart. en.: 2233.41 kcal; Białko: 71.61 g; Tłuszcz: 52.61 g; Kw. tł. nas.: 25.82 g; Węglow. ogółem: 383.10 g; Cukry proste: 129.11 g; Sód: 1854.60 mg; Błonnik: 28.77 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-14 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** 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** Ryż 200 g Gulasz drobiowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Gulasz drobiowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g, Zawiera: **MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ. MLE**	Smoothie 250 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 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** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 2173.45 kcal; Białko: 96.40 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nas.: 26.54 g; Węglow. ogółem: 338.28 g; Cukry proste: 68.38 g; Sód: 2339.93 mg; Błonnik: 26.60 g;	Wart. en.: 2430.54 kcal; Białko: 105.29 g; Tłuszcz: 55.88 g; Kw. tł. nas.: 24.51 g; Węglow. ogółem: 393.85 g; Cukry proste: 141.77 g; Sód: 2626.29 mg; Błonnik: 33.34 g;	Wart. en.: 2534.91 kcal; Białko: 84.56 g; Tłuszcz: 59.61 g; Kw. tł. nas.: 29.61 g; Węglow. ogółem: 431.26 g; Cukry proste: 146.61 g; Sód: 2458.78 mg; Błonnik: 31.41 g;

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-15 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 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 żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Szynka 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** 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** Miód 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** 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 suszone 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: **SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml					Rosół z makaronem 150 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 80 g Filet z pieca 80 g, Zawiera: **SEL** Surówka z marchewki i jabłka 75 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: **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 250 g, Zawiera: **MLE**	Budyń 100 g, Zawiera: **MLE**	Budyń 250 g, Zawiera: **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** Pomidory 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** Pomidory 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** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 1839.75 kcal; Białko: 82.23 g; Tłuszcz: 51.60 g; Kw. tł. nas.: 22.91 g; Węglow. ogółem: 272.78 g; Cukry proste: 30.31 g; Sód: 2116.90 mg; Błonnik: 21.71 g;		Wart. en.: 2019.23 kcal; Białko: 111.24 g; Tłuszcz: 73.37 g; Kw. tł. nas.: 34.28 g; Węglow. ogółem: 244.39 g; Cukry proste: 32.40 g; Sód: 3685.96 mg; Błonnik: 31.18 g;	Wart. en.: 1690.92 kcal; Białko: 77.38 g; Tłuszcz: 37.38 g; Kw. tł. nas.: 16.91 g; Węglow. ogółem: 272.28 g; Cukry proste: 32.26 g; Sód: 1477.44 mg; Błonnik: 21.70 g;	Wart. en.: 2026.58 kcal; Białko: 111.79 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw. tł. nas.: 29.51 g; Węglow. ogółem: 262.11 g; Cukry proste: 57.84 g; Sód: 3068.49 mg; Błonnik: 18.21 g;	Wart. en.: 1242.12 kcal; Białko: 61.00 g; Tłuszcz: 34.39 g; Kw. tł. nas.: 17.78 g; Węglow. ogółem: 178.46 g; Cukry proste: 40.15 g; Sód: 1067.79 mg; Błonnik: 12.20 g;	Wart. en.: 2102.87 kcal; Białko: 95.26 g; Tłuszcz: 47.21 g; Kw. tł. nas.: 22.80 g; Węglow. ogółem: 335.25 g; Cukry proste: 73.32 g; Sód: 1708.78 mg; Błonnik: 21.22 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-11-15 niedziela	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 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 żółty 40 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 żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Szynka 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** Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: **SOJ** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser żółty 40 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** Ziemniaki 200 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: **SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: **SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml				Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: **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** Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: **JAJ, SOJ, GOR** Pomidory 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** Pomidory 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** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2251.70 kcal; Białko: 100.11 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nas.: 28.81 g; Węglow. ogółem: 335.75 g; Cukry proste: 71.37 g; Sód: 2348.23 mg; Błonnik: 21.23 g;	Wart. en.: 2130.35 kcal; Białko: 95.11 g; Tłuszcz: 57.88 g; Kw. tł. nas.: 26.54 g; Węglow. ogółem: 319.04 g; Cukry proste: 45.09 g; Sód: 2258.18 mg; Błonnik: 22.67 g;	Wart. en.: 1836.39 kcal; Białko: 81.51 g; Tłuszcz: 51.09 g; Kw. tł. nas.: 22.87 g; Węglow. ogółem: 274.12 g; Cukry proste: 34.53 g; Sód: 2128.71 mg; Błonnik: 22.30 g;		Wart. en.: 2015.86 kcal; Białko: 110.51 g; Tłuszcz: 72.86 g; Kw. tł. nas.: 34.24 g; Węglow. ogółem: 245.73 g; Cukry proste: 36.62 g; Sód: 3697.77 mg; Błonnik: 31.77 g;	Wart. en.: 1687.56 kcal; Białko: 76.65 g; Tłuszcz: 36.87 g; Kw. tł. nas.: 16.86 g; Węglow. ogółem: 273.62 g; Cukry proste: 36.48 g; Sód: 1489.25 mg; Błonnik: 22.28 g;	Wart. en.: 1839.75 kcal; Białko: 82.23 g; Tłuszcz: 51.60 g; Kw. tł. nas.: 22.91 g; Węglow. ogółem: 272.78 g; Cukry proste: 30.31 g; Sód: 2116.90 mg; Błonnik: 21.71 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-15 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 60 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** Ser żółty 40 g, Zawiera: **MLE** Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko suszone 1 szt	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Filet z pieca 100 g, Zawiera: **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** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 1855.29 kcal; Białko: 103.64 g; Tłuszcz: 47.98 g; Kw. tł. nas.: 23.25 g; Węglow. ogółem: 261.61 g; Cukry proste: 59.79 g; Sód: 2281.39 mg; Błonnik: 18.20 g;	Wart. en.: 2251.70 kcal; Białko: 100.11 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nas.: 28.81 g; Węglow. ogółem: 335.75 g; Cukry proste: 71.37 g; Sód: 2348.23 mg; Błonnik: 21.23 g;	Wart. en.: 2130.35 kcal; Białko: 95.11 g; Tłuszcz: 57.88 g; Kw. tł. nas.: 26.54 g; Węglow. ogółem: 319.04 g; Cukry proste: 45.09 g; Sód: 2258.18 mg; Błonnik: 22.67 g;

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-16 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Szynkowa 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml. Zawiera: **GLU**
	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	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml					Barszcz czerwony 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza jęczmienna 80 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 80 g, Zawiera: **GLU, SEL** Fasolka szparagowa gotowana 75 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Sok pomidorowy 1 ml		Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**	Sok pomidorowy 1 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** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Smoothie 250 ml		Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Smoothie 250 ml			
		Wart. en.: 2031.05 kcal; Białko: 77.59 g; Tłuszcz: 45.02 g; Kw. tł. nas.: 18.92 g; Węglow. ogółem: 344.55 g; Cukry proste: 102.54 g; Sód: 1583.96 mg; Błonnik: 31.35 g;		Wart. en.: 2225.92 kcal; Białko: 111.89 g; Tłuszcz: 72.83 g; Kw. tł. nas.: 34.63 g; Węglow. ogółem: 300.03 g; Cukry proste: 43.98 g; Sód: 2843.20 mg; Błonnik: 37.32 g;	Wart. en.: 2034.78 kcal; Białko: 76.56 g; Tłuszcz: 45.82 g; Kw. tł. nas.: 19.39 g; Węglow. ogółem: 344.79 g; Cukry proste: 102.93 g; Sód: 1941.62 mg; Błonnik: 31.35 g;	Wart. en.: 2301.27 kcal; Białko: 103.53 g; Tłuszcz: 55.95 g; Kw. tł. nas.: 25.23 g; Węglow. ogółem: 362.40 g; Cukry proste: 98.58 g; Sód: 2206.39 mg; Błonnik: 32.75 g;	Wart. en.: 1538.67 kcal; Białko: 55.07 g; Tłuszcz: 39.07 g; Kw. tł. nas.: 18.51 g; Węglow. ogółem: 252.12 g; Cukry proste: 108.19 g; Sód: 1048.40 mg; Błonnik: 20.76 g;	Wart. en.: 2575.97 kcal; Białko: 102.28 g; Tłuszcz: 56.74 g; Kw. tł. nas.: 25.18 g; Węglow. ogółem: 431.57 g; Cukry proste: 134.25 g; Sód: 1820.07 mg; Błonnik: 34.59 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-11-16 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** 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** Szynkowa 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** 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	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Seler gotowany 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml				Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 200 g, Zawiera: **GLU, MLE**	Sok pomidorowy 1 ml			Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**	Sok pomidorowy 1 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Smoothie 250 ml				Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Smoothie 250 ml	
		Wart. en.: 2575.97 kcal; Białko: 102.28 g; Tłuszcz: 56.74 g; Kw. tł. nas.: 25.18 g; Węglow. ogółem: 431.57 g; Cukry proste: 134.25 g; Sód: 1820.07 mg; Błonnik: 34.59 g;	Wart. en.: 2333.25 kcal; Białko: 92.59 g; Tłuszcz: 52.06 g; Kw. tł. nas.: 22.71 g; Węglow. ogółem: 389.97 g; Cukry proste: 117.36 g; Sód: 1729.64 mg; Błonnik: 32.39 g;	Wart. en.: 2018.75 kcal; Białko: 76.27 g; Tłuszcz: 45.09 g; Kw. tł. nas.: 18.89 g; Węglow. ogółem: 343.90 g; Cukry proste: 102.64 g; Sód: 1679.21 mg; Błonnik: 33.98 g;		Wart. en.: 2213.62 kcal; Białko: 110.58 g; Tłuszcz: 72.90 g; Kw. tł. nas.: 34.60 g; Węglow. ogółem: 299.38 g; Cukry proste: 44.08 g; Sód: 2938.45 mg; Błonnik: 39.95 g;	Wart. en.: 2022.48 kcal; Białko: 75.25 g; Tłuszcz: 45.89 g; Kw. tł. nas.: 19.36 g; Węglow. ogółem: 344.13 g; Cukry proste: 103.03 g; Sód: 2036.87 mg; Błonnik: 33.98 g;	Wart. en.: 2333.15 kcal; Białko: 92.60 g; Tłuszcz: 52.06 g; Kw. tł. nas.: 22.71 g; Węglow. ogółem: 389.95 g; Cukry proste: 117.36 g; Sód: 1731.14 mg; Błonnik: 32.39 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-16 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynkowa 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** Jajko gotowane 1 szt, Zawiera: **JAJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	
	II Ś	Mus owocowy 1 szt		
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Seler gotowany 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Kasza jęczmienna 200 g, Zawiera: **GLU** Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Kasza manna na gęsto z jabłkiem 200 g, Zawiera: **GLU, MLE**		Sok pomidorowy 1 ml
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Smoothie 250 ml		
		Wart. en.: 2159.19 kcal; Białko: 82.96 g; Tłuszcz: 48.99 g; Kw. tł. nas.: 21.54 g; Węglow. ogółem: 363.91 g; Cukry proste: 120.07 g; Sód: 2133.25 mg; Błonnik: 34.20 g;	Wart. en.: 2469.96 kcal; Białko: 100.30 g; Tłuszcz: 55.17 g; Kw. tł. nas.: 24.89 g; Węglow. ogółem: 409.74 g; Cukry proste: 134.41 g; Sód: 1826.02 mg; Błonnik: 32.61 g;	Wart. en.: 2333.25 kcal; Białko: 92.59 g; Tłuszcz: 52.06 g; Kw. tł. nas.: 22.71 g; Węglow. ogółem: 389.97 g; Cukry proste: 117.36 g; Sód: 1729.64 mg; Błonnik: 32.39 g;

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-17 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 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 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Ketchup 10 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt		Gejfruty 100 g	Banany szt 1 szt			
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Kapusta zasmażana 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml				Zupa pomidorowa z ryżem 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 80 g Bitka w sosie 80 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**			
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 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** Pomidory 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** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Sok warzywno-owocowy 250 ml				Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2060.28 kcal; Białko: 98.16 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw. tł. nas.: 24.88 g; Węglow. ogółem: 290.69 g; Cukry proste: 67.17 g; Sód: 2951.62 mg; Błonnik: 25.50 g;	Wart. en.: 1885.28 kcal; Białko: 93.43 g; Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nas.: 21.33 g; Węglow. ogółem: 276.03 g; Cukry proste: 66.64 g; Sód: 2862.76 mg; Błonnik: 26.23 g;	Wart. en.: 1734.28 kcal; Białko: 92.01 g; Tłuszcz: 52.56 g; Kw. tł. nas.: 21.71 g; Węglow. ogółem: 241.16 g; Cukry proste: 45.57 g; Sód: 3019.55 mg; Błonnik: 34.86 g;	Wart. en.: 1780.53 kcal; Białko: 84.17 g; Tłuszcz: 44.53 g; Kw. tł. nas.: 18.60 g; Węglow. ogółem: 274.08 g; Cukry proste: 65.37 g; Sód: 2423.91 mg; Błonnik: 25.91 g;	Wart. en.: 2017.78 kcal; Białko: 104.53 g; Tłuszcz: 58.53 g; Kw. tł. nas.: 25.97 g; Węglow. ogółem: 280.58 g; Cukry proste: 72.54 g; Sód: 2234.76 mg; Błonnik: 23.23 g;	Wart. en.: 1305.27 kcal; Białko: 58.71 g; Tłuszcz: 36.12 g; Kw. tł. nas.: 17.84 g; Węglow. ogółem: 193.73 g; Cukry proste: 78.33 g; Sód: 1042.14 mg; Błonnik: 14.40 g;	Wart. en.: 2104.33 kcal; Białko: 96.86 g; Tłuszcz: 50.47 g; Kw. tł. nas.: 22.14 g; Węglow. ogółem: 328.46 g; Cukry proste: 96.67 g; Sód: 1917.89 mg; Błonnik: 24.78 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-11-17 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 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 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt				Gejfruty 100 g	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Kapusta zasmażana 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml			Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Kapusta zasmażana 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**				Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: **MLE**	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Mus owocowy 1 szt	Sok warzywno-owocowy 250 ml					
		Wart. en.: 2196.30 kcal; Białko: 105.89 g; Tłuszcz: 57.10 g; Kw. tł. nas.: 24.84 g; Węglow. ogółem: 327.86 g; Cukry proste: 95.75 g; Sód: 2261.31 mg; Błonnik: 25.39 g;	Wart. en.: 2142.68 kcal; Białko: 106.24 g; Tłuszcz: 57.67 g; Kw. tł. nas.: 24.96 g; Węglow. ogółem: 313.74 g; Cukry proste: 81.37 g; Sód: 3002.54 mg; Błonnik: 26.98 g;	Wart. en.: 2060.28 kcal; Białko: 98.16 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw. tł. nas.: 24.88 g; Węglow. ogółem: 290.69 g; Cukry proste: 67.17 g; Sód: 2951.62 mg; Błonnik: 25.50 g;	Wart. en.: 1885.28 kcal; Białko: 93.43 g; Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nas.: 21.33 g; Węglow. ogółem: 276.03 g; Cukry proste: 66.64 g; Sód: 2862.76 mg; Błonnik: 26.23 g;	Wart. en.: 1734.28 kcal; Białko: 92.01 g; Tłuszcz: 52.56 g; Kw. tł. nas.: 21.71 g; Węglow. ogółem: 241.16 g; Cukry proste: 45.57 g; Sód: 3019.55 mg; Błonnik: 34.86 g;	Wart. en.: 1780.53 kcal; Białko: 84.17 g; Tłuszcz: 44.53 g; Kw. tł. nas.: 18.60 g; Węglow. ogółem: 274.08 g; Cukry proste: 65.37 g; Sód: 2423.91 mg; Błonnik: 25.91 g;	Wart. en.: 2317.68 kcal; Białko: 110.97 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kw. tł. nas.: 28.51 g; Węglow. ogółem: 328.40 g; Cukry proste: 81.90 g; Sód: 3091.41 mg; Błonnik: 26.25 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-17 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 30 g, Zawiera: **SOJ** Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Kiełbaska na ciepło 80 g Ketchup 10 g Twarożek 40 g, Zawiera: **MLE** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ** Kapusta zasmażana 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Polędwica wp 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Sok warzywno-owocowy 250 ml	
		Wart. en.: 1913.03 kcal; Białko: 95.27 g; Tłuszcz: 51.78 g; Kw. tł. nas.: 23.23 g; Węglow. ogółem: 278.63 g; Cukry proste: 71.27 g; Sód: 1795.91 mg; Błonnik: 22.91 g;	Wart. en.: 2317.68 kcal; Białko: 110.97 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kw. tł. nas.: 28.51 g; Węglow. ogółem: 328.40 g; Cukry proste: 81.90 g; Sód: 3091.41 mg; Błonnik: 26.25 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-18 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Papryka 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** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Papryka 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** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** 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** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE**
	II Ś	Biszkopty 30 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEZ**		Jabłko 1 szt	Biszkopty 30 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEZ**			
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Naleśniki z mięsem i szpinakiem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** Sos pomidorowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 200 g, Zawiera: **GLU** Sos mięsno-warzywny 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron razowy 200 g, Zawiera: **GLU** Sos mięsno-warzywny 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 200 g, Zawiera: **GLU** Sos mięsno-warzywny 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml		Zupa z fasolki szparagowej 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 80 g, Zawiera: **GLU** Sos mięsno-warzywny 80 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 200 g, Zawiera: **GLU** Sos mięsno-warzywny 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Mus owocowy 1 szt		Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt			
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**			
		Wart. en.: 2346.92 kcal; Białko: 106.39 g; Tłuszcz: 89.29 g; Kw. tł. nas.: 30.50 g; Węglow. ogółem: 290.29 g; Cukry proste: 75.67 g; Sód: 1840.03 mg; Błonnik: 21.49 g;	Wart. en.: 2261.11 kcal; Białko: 100.78 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kw. tł. nas.: 27.79 g; Węglow. ogółem: 316.94 g; Cukry proste: 68.29 g; Sód: 1752.61 mg; Błonnik: 20.40 g;	Wart. en.: 2177.28 kcal; Białko: 107.72 g; Tłuszcz: 84.75 g; Kw. tł. nas.: 37.36 g; Węglow. ogółem: 261.42 g; Cukry proste: 33.87 g; Sód: 2336.66 mg; Błonnik: 31.33 g;	Wart. en.: 2057.85 kcal; Białko: 98.11 g; Tłuszcz: 49.23 g; Kw. tł. nas.: 22.02 g; Węglow. ogółem: 315.86 g; Cukry proste: 70.64 g; Sód: 1441.40 mg; Błonnik: 20.18 g;	Wart. en.: 2261.11 kcal; Białko: 100.78 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kw. tł. nas.: 27.79 g; Węglow. ogółem: 316.94 g; Cukry proste: 68.29 g; Sód: 1752.61 mg; Błonnik: 20.40 g;	Wart. en.: 1521.00 kcal; Białko: 73.35 g; Tłuszcz: 48.91 g; Kw. tł. nas.: 21.88 g; Węglow. ogółem: 203.11 g; Cukry proste: 71.19 g; Sód: 900.54 mg; Błonnik: 12.01 g;	Wart. en.: 2323.65 kcal; Białko: 111.88 g; Tłuszcz: 57.39 g; Kw. tł. nas.: 25.97 g; Węglow. ogółem: 351.35 g; Cukry proste: 85.61 g; Sód: 1581.78 mg; Błonnik: 22.25 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-11-18 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: **MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Papryka 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** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Papryka 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** Serek nat. Haga 1 szt, 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** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Biszkopty 30 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEZ**				Jabłko 1 szt	Biszkopty 30 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEZ**	
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 200 g, Zawiera: **GLU** Sos mięsno-warzywny 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml		Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Naleśniki z mięsem i szpinakiem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** Sos pomidorowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Makaron 200 g, Zawiera: **GLU** Sos mięsno-warzywny 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Makaron razowy 200 g, Zawiera: **GLU** Sos mięsno-warzywny 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: **SEL** Makaron 200 g, Zawiera: **GLU** Sos mięsno-warzywny 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Naleśniki z mięsem i szpinakiem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** Sos pomidorowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml
	P	Mus owocowy 1 szt				Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 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** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**				Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: **MLE**	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**	
		Wart. en.: 2455.46 kcal; Białko: 111.37 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nas.: 30.45 g; Węglow. ogółem: 354.22 g; Cukry proste: 84.92 g; Sód: 1768.25 mg; Błonnik: 22.96 g;		Wart. en.: 2249.72 kcal; Białko: 102.20 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw. tł. nas.: 30.25 g; Węglow. ogółem: 269.31 g; Cukry proste: 72.90 g; Sód: 1812.63 mg; Błonnik: 17.57 g;	Wart. en.: 2163.91 kcal; Białko: 96.59 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nas.: 27.53 g; Węglow. ogółem: 295.96 g; Cukry proste: 65.53 g; Sód: 1725.21 mg; Błonnik: 16.48 g;	Wart. en.: 2080.08 kcal; Białko: 103.53 g; Tłuszcz: 84.18 g; Kw. tł. nas.: 37.11 g; Węglow. ogółem: 240.44 g; Cukry proste: 31.10 g; Sód: 2309.26 mg; Błonnik: 27.41 g;	Wart. en.: 1960.65 kcal; Białko: 93.92 g; Tłuszcz: 48.66 g; Kw. tł. nas.: 21.77 g; Węglow. ogółem: 294.87 g; Cukry proste: 67.88 g; Sód: 1414.00 mg; Błonnik: 16.26 g;	Wart. en.: 2612.72 kcal; Białko: 120.16 g; Tłuszcz: 97.45 g; Kw. tł. nas.: 34.45 g; Węglow. ogółem: 325.78 g; Cukry proste: 90.64 g; Sód: 1980.41 mg; Błonnik: 23.56 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-18 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, 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** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: **JAJ, GOR** Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Biszkopty 30 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEZ**		
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Makaron 200 g, Zawiera: **GLU** Sos mięsno-warzywny 150 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Naleśniki z mięsem i szpinakiem 250 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** Sos pomidorowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Woda z cytryną 200 ml	
	P	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasztet 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 2085.35 kcal; Białko: 114.36 g; Tłuszcz: 55.48 g; Kw. tł. nas.: 25.87 g; Węglow. ogółem: 292.11 g; Cukry proste: 49.79 g; Sód: 1973.40 mg; Błonnik: 19.38 g;	Wart. en.: 2612.72 kcal; Białko: 120.16 g; Tłuszcz: 97.45 g; Kw. tł. nas.: 34.45 g; Węglow. ogółem: 325.78 g; Cukry proste: 90.64 g; Sód: 1980.41 mg; Błonnik: 23.56 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-11-19 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Kasza manna na mleku 150 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Jabłko 1 szt	
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml				Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU. SEL**	Zupa kalafiorowa 150 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 80 g Pulpet drobiowy 60 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos jarzynowy 30 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 75 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU. SEL**
	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	Ciasto drożdżowe 40 g, Zawiera: **GLU, JAJ. MLE**	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ. MLE**
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Ogórki kiszone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Ogórki kiszone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 40 g, Zawiera: **SEL** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 1934.94 kcal; Białko: 81.01 g; Tłuszcz: 41.99 g; Kw. tł. nas.: 18.85 g; Węglow. ogółem: 322.13 g; Cukry proste: 40.04 g; Sód: 2194.42 mg; Błonnik: 27.69 g;	Wart. en.: 1994.06 kcal; Białko: 81.35 g; Tłuszcz: 42.50 g; Kw. tł. nas.: 18.91 g; Węglow. ogółem: 336.81 g; Cukry proste: 52.54 g; Sód: 1709.88 mg; Błonnik: 30.33 g;	Wart. en.: 1925.94 kcal; Białko: 81.18 g; Tłuszcz: 49.78 g; Kw. tł. nas.: 23.19 g; Węglow. ogółem: 308.20 g; Cukry proste: 35.40 g; Sód: 2791.64 mg; Błonnik: 39.52 g;	Wart. en.: 1994.06 kcal; Białko: 81.35 g; Tłuszcz: 42.50 g; Kw. tł. nas.: 18.91 g; Węglow. ogółem: 336.81 g; Cukry proste: 52.54 g; Sód: 1709.88 mg; Błonnik: 30.33 g;	Wart. en.: 2180.31 kcal; Białko: 96.09 g; Tłuszcz: 57.04 g; Kw. tł. nas.: 27.93 g; Węglow. ogółem: 336.62 g; Cukry proste: 52.68 g; Sód: 2324.91 mg; Błonnik: 30.57 g;	Wart. en.: 1269.84 kcal; Białko: 56.91 g; Tłuszcz: 35.04 g; Kw. tł. nas.: 17.52 g; Węglow. ogółem: 190.43 g; Cukry proste: 42.92 g; Sód: 1108.62 mg; Błonnik: 17.20 g;	Wart. en.: 2251.46 kcal; Białko: 94.16 g; Tłuszcz: 48.89 g; Kw. tł. nas.: 22.53 g; Węglow. ogółem: 374.52 g; Cukry proste: 67.27 g; Sód: 1849.67 mg; Błonnik: 31.08 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
2026-11-19 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Gruszka szt 1 szt			Jabłko 1 szt			Gruszka szt 1 szt
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU. SEL**	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 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** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Ogórki kiszone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Ogórki kiszone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Ogórki kiszone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Ogórki kiszone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**						
		Wart. en.: 2192.34 kcal; Białko: 93.82 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nas.: 22.47 g; Węglow. ogółem: 359.84 g; Cukry proste: 54.77 g; Sód: 2334.20 mg; Błonnik: 28.44 g;	Wart. en.: 2196.71 kcal; Białko: 93.72 g; Tłuszcz: 48.45 g; Kw. tł. nas.: 22.49 g; Węglow. ogółem: 361.27 g; Cukry proste: 56.65 g; Sód: 1847.48 mg; Błonnik: 28.89 g;	Wart. en.: 1985.60 kcal; Białko: 81.24 g; Tłuszcz: 42.05 g; Kw. tł. nas.: 18.86 g; Węglow. ogółem: 334.07 g; Cukry proste: 38.74 g; Sód: 2182.58 mg; Błonnik: 26.97 g;	Wart. en.: 2044.72 kcal; Białko: 81.58 g; Tłuszcz: 42.55 g; Kw. tł. nas.: 18.92 g; Węglow. ogółem: 348.75 g; Cukry proste: 51.24 g; Sód: 1698.04 mg; Błonnik: 29.62 g;	Wart. en.: 2031.35 kcal; Białko: 81.85 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tł. nas.: 23.25 g; Węglow. ogółem: 333.39 g; Cukry proste: 44.72 g; Sód: 2781.99 mg; Błonnik: 40.99 g;	Wart. en.: 2044.72 kcal; Białko: 81.58 g; Tłuszcz: 42.55 g; Kw. tł. nas.: 18.92 g; Węglow. ogółem: 348.75 g; Cukry proste: 51.24 g; Sód: 1698.04 mg; Błonnik: 29.62 g;	Wart. en.: 2192.34 kcal; Białko: 93.82 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nas.: 22.47 g; Węglow. ogółem: 359.84 g; Cukry proste: 54.77 g; Sód: 2334.20 mg; Błonnik: 28.44 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-19 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, MLE** Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: **MLE** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Gruszka szt 1 szt	
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** Ryż 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: **GLU, SEL** Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Kanapka z wędliną 80 g	Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Pomidory 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Pasta z jarzyn z koncentratem 70 g, Zawiera: **SEL** Ogórki kiszone 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: **MLE**		
		Wart. en.: 2180.31 kcal; Białko: 96.09 g; Tłuszcz: 57.04 g; Kw. tł. nas.: 27.93 g; Węglow. ogółem: 2197.82 g; Cukry proste: 1676.28 g; Sód: 17372.91 mg; Błonnik: 30.57 g;	Wart. en.: 2079.14 kcal; Białko: 91.99 g; Tłuszcz: 48.01 g; Kw. tł. nas.: 22.37 g; Węglow. ogółem: 334.90 g; Cukry proste: 55.17 g; Sód: 2342.44 mg; Błonnik: 29.49 g;	Wart. en.: 2192.34 kcal; Białko: 93.82 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nas.: 22.47 g; Węglow. ogółem: 359.84 g; Cukry proste: 54.77 g; Sód: 2334.20 mg; Błonnik: 28.44 g;

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2026-11-11 do dnia 2026-11-20 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
2026-11-20 piątek	Śniadanie	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 Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Szynka wp 30 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	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 Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 70 g, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** 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** Dżem porcjowany 1 szt 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** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml. Zawiera: **GLU**
	II Ś	Banany szt 1 szt		Gejfruty 100 g	Banany szt 1 szt	Kefir 400 g, Zawiera: **MLE**	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml				Krupnik 150 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 80 g Ryba z pieca 60 g, Zawiera: **RYB, SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Mus owocowy 1 szt		Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** 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** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** 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** Sałatka jarzynowa 70 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** 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.: 2305.78 kcal; Białko: 64.93 g; Tłuszcz: 78.27 g; Kw. tł. nas.: 24.30 g; Węglow. ogółem: 352.22 g; Cukry proste: 83.65 g; Sód: 2255.81 mg; Błonnik: 33.21 g;	Wart. en.: 2113.88 kcal; Białko: 62.98 g; Tłuszcz: 61.86 g; Kw. tł. nas.: 22.88 g; Węglow. ogółem: 341.61 g; Cukry proste: 78.28 g; Sód: 1850.19 mg; Błonnik: 29.86 g;	Wart. en.: 1987.61 kcal; Białko: 82.38 g; Tłuszcz: 69.77 g; Kw. tł. nas.: 27.15 g; Węglow. ogółem: 276.84 g; Cukry proste: 29.06 g; Sód: 2711.14 mg; Błonnik: 37.94 g;	Wart. en.: 1923.28 kcal; Białko: 66.92 g; Tłuszcz: 46.64 g; Kw. tł. nas.: 21.94 g; Węglow. ogółem: 321.97 g; Cukry proste: 71.21 g; Sód: 1984.13 mg; Błonnik: 25.41 g;	Wart. en.: 2257.71 kcal; Białko: 102.81 g; Tłuszcz: 78.83 g; Kw. tł. nas.: 32.51 g; Węglow. ogółem: 298.39 g; Cukry proste: 41.02 g; Sód: 2907.72 mg; Błonnik: 26.71 g;	Wart. en.: 1512.91 kcal; Białko: 40.87 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tł. nas.: 21.69 g; Węglow. ogółem: 234.19 g; Cukry proste: 76.81 g; Sód: 1303.81 mg; Błonnik: 19.09 g;	Wart. en.: 2416.08 kcal; Białko: 77.98 g; Tłuszcz: 68.90 g; Kw. tł. nas.: 26.68 g; Węglow. ogółem: 387.03 g; Cukry proste: 93.10 g; Sód: 1995.87 mg; Błonnik: 30.90 g;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-11-20 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, 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 Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		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 Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**		Chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Szynka wp 30 g, Zawiera: **GLU, SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	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 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** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt				Gejfruty 100 g	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml		Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml			Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Mus owocowy 1 szt				Serek wiejski 150 g, Zawiera: **MLE**	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** 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** Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** 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** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: **SOJ** Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: **JAJ, SEL, GOR** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**						
		Wart. en.: 2413.20 kcal; Białko: 77.92 g; Tłuszcz: 68.88 g; Kw. tł. nas.: 26.67 g; Węglow. ogółem: 386.71 g; Cukry proste: 92.18 g; Sód: 1996.64 mg; Błonnik: 31.50 g;	Wart. en.: 2416.08 kcal; Białko: 77.98 g; Tłuszcz: 68.90 g; Kw. tł. nas.: 26.68 g; Węglow. ogółem: 387.03 g; Cukry proste: 93.10 g; Sód: 1995.87 mg; Błonnik: 30.90 g;	Wart. en.: 2305.78 kcal; Białko: 64.93 g; Tłuszcz: 78.27 g; Kw. tł. nas.: 24.30 g; Węglow. ogółem: 352.22 g; Cukry proste: 83.65 g; Sód: 2255.81 mg; Błonnik: 33.21 g;	Wart. en.: 2113.88 kcal; Białko: 62.98 g; Tłuszcz: 61.86 g; Kw. tł. nas.: 22.88 g; Węglow. ogółem: 341.61 g; Cukry proste: 78.28 g; Sód: 1850.19 mg; Błonnik: 29.86 g;	Wart. en.: 1987.61 kcal; Białko: 82.38 g; Tłuszcz: 69.77 g; Kw. tł. nas.: 27.15 g; Węglow. ogółem: 276.84 g; Cukry proste: 29.06 g; Sód: 2711.14 mg; Błonnik: 37.94 g;	Wart. en.: 1923.28 kcal; Białko: 66.92 g; Tłuszcz: 46.64 g; Kw. tł. nas.: 21.94 g; Węglow. ogółem: 321.97 g; Cukry proste: 71.21 g; Sód: 1984.13 mg; Błonnik: 25.41 g;	Wart. en.: 2607.88 kcal; Białko: 79.94 g; Tłuszcz: 85.31 g; Kw. tł. nas.: 28.09 g; Węglow. ogółem: 397.62 g; Cukry proste: 98.47 g; Sód: 2402.99 mg; Błonnik: 34.25 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-11-20 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: **SOJ** 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** Ser twarogowy 50 g, Zawiera: **MLE** Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: **GLU**	
	II Ś	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: **RYB, SEL** Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: **GLU, SEL** Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB** Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Mus owocowy 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: **GLU** Masło 10g 1 szt, Zawiera: **MLE** 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** Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE**		
		Wart. en.: 1915.27 kcal; Białko: 71.40 g; Tłuszcz: 47.91 g; Kw. tł. nas.: 22.31 g; Węglow. ogółem: 315.40 g; Cukry proste: 61.96 g; Sód: 23958.28 mg; Błonnik: 25.21 g;	Wart. en.: 2607.98 kcal; Białko: 79.93 g; Tłuszcz: 85.31 g; Kw. tł. nas.: 28.09 g; Węglow. ogółem: 397.64 g; Cukry proste: 98.47 g; Sód: 2401.49 mg; Błonnik: 34.25 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,