

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-10-21 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 40 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 40 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Kaszka kukurydziana na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Serek nat. Haga 2 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 40 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Mus owocowy 1 szt		Serek wiejski 150 g	Mus owocowy 1 szt			
	Obiad	Zupa brokułowa 350 ml Ryż 150 g Filet w warzywach po chińsku 350 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml Ryż 150 g Filet z kurczaka w sosie 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml				Zupa brokułowa 150 ml Ryż 80 g Filet z kurczaka w sosie 80 g Surówka z marchewki i jabłka 75 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml Ryż 150 g Filet z kurczaka w sosie 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Ciasto drożdżowe 80 g		Kanapka z wędliną 80 a	Ciasto drożdżowe 80 g		Ciasto drożdżowe 40 a	Ciasto drożdżowe 80 a
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Paszтет 50 g Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Paszтет 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Paszтет 50 g Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Paszтет 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt		Serek homogenizowany naturalny 1 szt	Serek homogenizowany 1 szt			
		Wart. en.: 2472.84 kcal; Białko: 109.40 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw. tł. nas.: 29.11 g; Węglow. ogółem: 361.87 g; Cukry proste: 65.63 g; Sód: 1767.64 mg; Błonnik: 22.37 a;	Wart. en.: 2334.03 kcal; Białko: 101.59 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nas.: 26.31 g; Węglow. ogółem: 349.14 g; Cukry proste: 75.56 g; Sód: 1809.11 mg; Błonnik: 24.09 a;	Wart. en.: 2296.98 kcal; Białko: 114.80 g; Tłuszcz: 89.34 g; Kw. tł. nas.: 40.99 g; Węglow. ogółem: 275.76 g; Cukry proste: 32.77 g; Sód: 2956.08 mg; Błonnik: 34.60 a;	Wart. en.: 2202.03 kcal; Białko: 103.44 g; Tłuszcz: 50.29 g; Kw. tł. nas.: 21.12 g; Węglow. ogółem: 345.99 g; Cukry proste: 75.36 g; Sód: 1878.11 mg; Błonnik: 23.89 a;	Wart. en.: 2334.03 kcal; Białko: 101.59 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nas.: 26.31 g; Węglow. ogółem: 349.14 g; Cukry proste: 75.56 g; Sód: 1809.11 mg; Błonnik: 24.09 a;	Wart. en.: 1594.06 kcal; Białko: 79.42 g; Tłuszcz: 41.08 g; Kw. tł. nas.: 20.43 g; Węglow. ogółem: 234.04 g; Cukry proste: 69.82 g; Sód: 1147.57 mg; Błonnik: 15.00 a;	Wart. en.: 2463.33 kcal; Białko: 116.25 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nas.: 24.74 g; Węglow. ogółem: 383.70 g; Cukry proste: 90.09 g; Sód: 2017.89 mg; Błonnik: 24.37 a;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-10-21 środa	Śniadanie	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 40 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 40 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 40 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 40 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Mus owocowy 1 szt					Serek wiejski 150 g	Mus owocowy 1 szt	
	Obiad	Zupa brokułowa 350 ml Ryż 150 g Filet z kurczaka w sosie 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa grysikowa 350 ml Ryż 150 g Filet w warzywach po chińsku 350 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml Ryż 150 g Filet z kurczaka w sosie 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml			Zupa brokułowa 350 ml Ryż 150 g Filet w warzywach po chińsku 350 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Ciasto drożdżowe 80 g					Kanapka z wędliną 80 g	Ciasto drożdżowe 80 g	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Paszтет 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Paszтет 50 g Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Paszтет 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Paszтет 50 g Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Paszтет 50 g Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt					Serek homogenizowany naturalny 1 szt	Serek homogenizowany 1 szt	
		Wart. en.: 2595.33 kcal; Białko: 114.40 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nas.: 29.93 g; Węglow. ogółem: 386.85 g; Cukry proste: 90.29 g; Sód: 1948.89 mg; Błonnik: 24.57 g;		Wart. en.: 2527.74 kcal; Białko: 108.73 g; Tłuszcz: 69.97 g; Kw. tł. nas.: 28.87 g; Węglow. ogółem: 376.70 g; Cukry proste: 63.33 g; Sód: 1751.64 mg; Błonnik: 21.40 g;	Wart. en.: 2388.93 kcal; Białko: 100.93 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nas.: 26.07 g; Węglow. ogółem: 363.97 g; Cukry proste: 73.25 g; Sód: 1793.11 mg; Błonnik: 23.12 g;	Wart. en.: 2351.88 kcal; Białko: 114.13 g; Tłuszcz: 88.97 g; Kw. tł. nas.: 40.76 g; Węglow. ogółem: 290.59 g; Cukry proste: 30.46 g; Sód: 2940.08 mg; Błonnik: 33.63 g;	Wart. en.: 2256.93 kcal; Białko: 102.78 g; Tłuszcz: 49.92 g; Kw. tł. nas.: 20.88 g; Węglow. ogółem: 360.82 g; Cukry proste: 73.05 g; Sód: 1862.11 mg; Błonnik: 22.92 g;	Wart. en.: 2734.14 kcal; Białko: 122.21 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nas.: 32.73 g; Węglow. ogółem: 399.58 g; Cukry proste: 80.36 g; Sód: 1907.43 mg; Błonnik: 22.85 g;	

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-21 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szyńka drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szyńka drobiowa 40 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Mus owocowy 1 szt		
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml Ryż 150 g Filet z kurczaka w sosie 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka w sosie 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml Ryż 150 g Filet w warzywach po chińsku 350 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Kanapka z wędliną 80 g	Ciasto drożdżowe 80 g	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Paszтет 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Paszтет 50 g Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt		
		Wart. en.: 2240.62 kcal; Białko: 107.46 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kw. tł. nas.: 25.66 g; Węglow. ogółem: 335.83 g; Cukry proste: 67.45 g; Sód: 2333.06 mg; Błonnik: 25.35 g;	Wart. en.: 2550.93 kcal; Białko: 113.92 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw. tł. nas.: 29.86 g; Węglow. ogółem: 377.68 g; Cukry proste: 90.73 g; Sód: 1958.33 mg; Błonnik: 26.10 g;	Wart. en.: 2734.14 kcal; Białko: 122.21 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nas.: 32.73 g; Węglow. ogółem: 399.58 g; Cukry proste: 80.36 g; Sód: 1907.43 mg; Błonnik: 22.85 g;

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml	Zacierka na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt		Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt			
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska 80 g Sos jarzynowy 70 g Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska 80 g Sos jarzynowy 70 g Ogórki kiszone 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska 80 g Sos jarzynowy 70 g Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 150 ml Ziemniaki 80 g Pieczeń rzymska 60 g Sos jarzynowy 40 g Surówka z buraczków 75 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska 80 g Sos jarzynowy 70 g Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml		
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt	Jogurt naturalny 150 1 szt	Jogurt owocowy 150 1 szt				
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z kurczaka z warzywami 70 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z kurczaka z warzywami 70 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z kurczaka z warzywami 70 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Pasta z kurczaka z warzywami 40 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z kurczaka z warzywami 70 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 a						
	Wart. en.: 2361.52 kcal; Białko: 96.03 g; Tłuszcz: 85.18 g; Kw. tł. nas.: 31.40 g; Węglow. ogółem: 316.97 g; Cukry proste: 78.75 g; Sód: 2080.88 mg; Błonnik: 27.30 a:	Wart. en.: 2364.40 kcal; Białko: 96.08 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nas.: 31.41 g; Węglow. ogółem: 317.29 g; Cukry proste: 79.67 g; Sód: 2080.11 mg; Błonnik: 26.69 a:	Wart. en.: 2130.27 kcal; Białko: 93.60 g; Tłuszcz: 81.76 g; Kw. tł. nas.: 31.48 g; Węglow. ogółem: 272.41 g; Cukry proste: 48.34 g; Sód: 3194.63 mg; Błonnik: 33.69 a:	Wart. en.: 2045.49 kcal; Białko: 88.91 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nas.: 24.68 g; Węglow. ogółem: 310.01 g; Cukry proste: 78.25 g; Sód: 1714.61 mg; Błonnik: 24.53 a:	Wart. en.: 2364.40 kcal; Białko: 96.08 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nas.: 31.41 g; Węglow. ogółem: 317.29 g; Cukry proste: 79.67 g; Sód: 2080.11 mg; Błonnik: 26.69 a:	Wart. en.: 1543.82 kcal; Białko: 67.60 g; Tłuszcz: 55.29 g; Kw. tł. nas.: 24.30 g; Węglow. ogółem: 202.25 g; Cukry proste: 72.38 g; Sód: 1001.47 mg; Błonnik: 15.46 a:	Wart. en.: 2492.39 kcal; Białko: 108.50 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nas.: 29.84 g; Węglow. ogółem: 357.24 g; Cukry proste: 93.14 g; Sód: 1992.95 mg; Błonnik: 27.33 a:	

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. cięża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Poledwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt				Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska 80 g Sos jarzynowy 70 g Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml				Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska 80 g Sos jarzynowy 70 g Ogórki kiszzone 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska 80 g Sos jarzynowy 70 g Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt				Jogurt naturalny 150 1 szt	Jogurt owocowy 150 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z kurczaka z warzywami 70 g Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml				Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z kurczaka z warzywami 70 g Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z kurczaka z warzywami 70 g Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Kefir 400 a						
		Wart. en.: 2663.72 kcal; Białko: 111.03 g; Tłuszcz: 92.22 g; Kw. tł. nas.: 35.20 g; Węglow. ogółem: 688.38 g; Cukry proste: 101.33 g; Sód: 44760.13 mg; Błonnik: 36.10 a:	Wart. en.: 2666.60 kcal; Białko: 111.08 g; Tłuszcz: 92.25 g; Kw. tł. nas.: 35.20 g; Węglow. ogółem: 688.70 g; Cukry proste: 102.25 g; Sód: 44759.36 mg; Błonnik: 35.49 a:	Wart. en.: 2361.52 kcal; Białko: 96.03 g; Tłuszcz: 85.18 g; Kw. tł. nas.: 31.40 g; Węglow. ogółem: 642.96 g; Cukry proste: 86.51 g; Sód: 44614.44 mg; Błonnik: 35.06 a:	Wart. en.: 2364.40 kcal; Białko: 96.08 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nas.: 31.41 g; Węglow. ogółem: 643.28 g; Cukry proste: 87.43 g; Sód: 44613.67 mg; Błonnik: 34.45 a:	Wart. en.: 2130.27 kcal; Białko: 93.60 g; Tłuszcz: 81.76 g; Kw. tł. nas.: 31.48 g; Węglow. ogółem: 598.39 g; Cukry proste: 56.10 g; Sód: 45728.19 mg; Błonnik: 41.45 a:	Wart. en.: 2045.49 kcal; Białko: 88.91 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nas.: 24.68 g; Węglow. ogółem: 313.81 g; Cukry proste: 78.25 g; Sód: 30720.81 mg; Błonnik: 24.53 a:	Wart. en.: 2663.62 kcal; Białko: 111.04 g; Tłuszcz: 92.22 g; Kw. tł. nas.: 35.20 g; Węglow. ogółem: 688.36 g; Cukry proste: 101.33 g; Sód: 44761.63 mg; Błonnik: 36.10 a:

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Parówka 80 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	
	II Ś	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska 80 g Sos jarzynowy 70 g Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml		
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z kurczaka z warzywami 70 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 a		
		Wart. en.: 2045.49 kcal; Białko: 88.91 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nas.: 24.68 g; Węglow. ogółem: 313.81 g; Cukry proste: 78.25 g; Sód: 30720.81 mg; Błonnik: 24.53 a:	Wart. en.: 2663.72 kcal; Białko: 111.03 g; Tłuszcz: 92.22 g; Kw. tł. nas.: 35.20 g; Węglow. ogółem: 688.38 g; Cukry proste: 101.33 g; Sód: 44760.13 mg; Błonnik: 36.10 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież	
2026-10-23 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek ze szczypiorkiem 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Szynka drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Szynka drobiowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt					Kefir 400 g	Jabłko 1 szt	
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g Surówka z kiszanej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml Ziemniaki 200 g Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 70 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml					Barszcz czerwony 150 ml Ziemniaki 80 g Pulpet rybny 60 g Sos koperkowy 40 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml Ziemniaki 200 g Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 70 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Sok pomidorowy 330 ml			Jogurt naturalny 150 1 szt	Sok pomidorowy 330 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Kisiel 150 g	Kisiel 250 g
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka makaronowa z brokułem 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml			Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka makaronowa z brokułem 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka makaronowa z brokułem 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Ph	Kanapka z wędliną 80 g							
		Wart. en.: 2192.16 kcal; Białko: 73.98 g; Tłuszcz: 73.71 g; Kw. tł. nas.: 25.62 g; Węglow. ogółem: 325.59 g; Cukry proste: 58.02 g; Sód: 3162.15 mg; Błonnik: 34.88 g	Wart. en.: 2059.07 kcal; Białko: 74.57 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw. tł. nas.: 24.62 g; Węglow. ogółem: 324.96 g; Cukry proste: 52.68 g; Sód: 2842.50 mg; Błonnik: 33.59 g	Wart. en.: 2035.11 kcal; Białko: 81.85 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nas.: 26.65 g; Węglow. ogółem: 304.07 g; Cukry proste: 42.15 g; Sód: 2653.32 mg; Błonnik: 39.16 g	Wart. en.: 1836.89 kcal; Białko: 73.14 g; Tłuszcz: 48.17 g; Kw. tł. nas.: 22.84 g; Węglow. ogółem: 292.99 g; Cukry proste: 49.98 g; Sód: 2695.30 mg; Błonnik: 30.25 g	Wart. en.: 2241.60 kcal; Białko: 98.07 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nas.: 31.45 g; Węglow. ogółem: 317.82 g; Cukry proste: 46.93 g; Sód: 2744.95 mg; Błonnik: 27.57 g	Wart. en.: 1329.67 kcal; Białko: 50.60 g; Tłuszcz: 45.38 g; Kw. tł. nas.: 22.55 g; Węglow. ogółem: 215.16 g; Cukry proste: 41.70 g; Sód: 19587.30 mg; Błonnik: 17.07 g	Wart. en.: 2150.99 kcal; Białko: 84.06 g; Tłuszcz: 53.99 g; Kw. tł. nas.: 26.34 g; Węglow. ogółem: 346.21 g; Cukry proste: 75.36 g; Sód: 2221.88 mg; Błonnik: 27.37 g	

2026-10-23 piątek

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. cięża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-10-23 piątek	Śniadanie	Makaron na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek ze szczypiorkiem 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Szynka drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek ze szczypiorkiem 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt							
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml Ziemniaki 200 g Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 70 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony 350 ml Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml Ziemniaki 200 g Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 70 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml			Barszcz czerwony 350 ml Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Kisiel 250 g	Sok pomidorowy 330 ml				Jogurt naturalny 150 1 szt	Sok pomidorowy 330 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Salatka makaronowa z brokułem 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml					Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Salatka makaronowa z brokułem 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Salatka makaronowa z brokułem 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Ph	Kanapka z wędliną 80 g							
	Wart. en.: 2373.17 kcal; Białko: 85.49 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw. tł. nas.: 28.12 g; Węglow. ogółem: 378.18 g; Cukry proste: 78.06 g; Sód: 2369.08 mg; Błonnik: 30.71 g;	Wart. en.: 2321.27 kcal; Białko: 88.07 g; Tłuszcz: 65.19 g; Kw. tł. nas.: 28.28 g; Węglow. ogółem: 362.91 g; Cukry proste: 67.53 g; Sód: 2981.98 mg; Błonnik: 34.31 g;	Wart. en.: 2192.16 kcal; Białko: 73.98 g; Tłuszcz: 73.71 g; Kw. tł. nas.: 25.62 g; Węglow. ogółem: 325.59 g; Cukry proste: 58.02 g; Sód: 3162.15 mg; Błonnik: 34.88 g;	Wart. en.: 2059.07 kcal; Białko: 74.57 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw. tł. nas.: 24.62 g; Węglow. ogółem: 324.96 g; Cukry proste: 52.68 g; Sód: 2842.50 mg; Błonnik: 33.59 g;	Wart. en.: 2035.11 kcal; Białko: 81.85 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nas.: 26.65 g; Węglow. ogółem: 304.07 g; Cukry proste: 42.15 g; Sód: 2653.32 mg; Błonnik: 39.16 g;	Wart. en.: 1836.89 kcal; Białko: 73.14 g; Tłuszcz: 48.17 g; Kw. tł. nas.: 22.84 g; Węglow. ogółem: 292.99 g; Cukry proste: 49.98 g; Sód: 2695.30 mg; Błonnik: 30.25 g;	Wart. en.: 2454.36 kcal; Białko: 87.48 g; Tłuszcz: 80.19 g; Kw. tł. nas.: 29.28 g; Węglow. ogółem: 363.54 g; Cukry proste: 72.87 g; Sód: 3301.63 mg; Błonnik: 35.60 g;		

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-23 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Szynka wp 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek ze szczypiorkiem 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt		
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml Ziemniaki 200 g Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 70 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g Surówka z kiszanej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Kisiel 250 g		Sok pomidorowy 330 ml
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka makaronowa z brokułem 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g		
		Wart. en.: 1884.53 kcal; Białko: 76.05 g; Tłuszcz: 48.64 g; Kw. tł. nas.: 23.17 g; Węglow. ogółem: 327.61 g; Cukry proste: 51.26 g; Sód: 21723.75 mg; Błonnik: 26.45 a:	Wart. en.: 2506.26 kcal; Białko: 84.90 g; Tłuszcz: 79.53 g; Kw. tł. nas.: 29.12 g; Węglow. ogółem: 378.81 g; Cukry proste: 83.40 g; Sód: 2688.73 mg; Błonnik: 32.00 a:	Wart. en.: 2454.36 kcal; Białko: 87.48 g; Tłuszcz: 80.19 g; Kw. tł. nas.: 29.28 g; Węglow. ogółem: 363.54 g; Cukry proste: 72.87 g; Sód: 3301.63 mg; Błonnik: 35.60 a:

2026-10-24 sobota

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-10-24 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 2 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Smoothie 250 ml		Serek wiejski 150 g	Smoothie 250 ml	Serek wiejski 150 g	Smoothie 250 ml	
	Obiad	Zupa selerowa 350 ml Makaron z twarogiem 300 g Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa selerowa 350 ml Makaron razowy z brokulem 300 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml Makaron z twarogiem 300 g Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa selerowa 150 ml Makaron z twarogiem 150 g Sos truskawkowy 30 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml Makaron z twarogiem 300 g Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Jabłko suszone 1 szt		Kanapka z wędliną 80 g	Jabłko suszone 1 szt	Kanapka z wędliną 80 g	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli 70 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli 70 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt						
	Wart. en.: 2083.99 kcal; Białko: 84.57 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tł. nas.: 20.71 g; Węglow. ogółem: 347.50 g; Cukry proste: 91.16 g; Sód: 2088.14 mg; Błonnik: 28.73 g	Wart. en.: 1943.92 kcal; Białko: 74.58 g; Tłuszcz: 35.26 g; Kw. tł. nas.: 18.70 g; Węglow. ogółem: 346.19 g; Cukry proste: 90.36 g; Sód: 1534.34 mg; Błonnik: 28.18 g	Wart. en.: 2036.18 kcal; Białko: 93.12 g; Tłuszcz: 61.81 g; Kw. tł. nas.: 29.42 g; Węglow. ogółem: 294.11 g; Cukry proste: 29.54 g; Sód: 3208.96 mg; Błonnik: 34.35 g	Wart. en.: 1943.92 kcal; Białko: 74.58 g; Tłuszcz: 35.26 g; Kw. tł. nas.: 18.70 g; Węglow. ogółem: 346.19 g; Cukry proste: 90.36 g; Sód: 1534.34 mg; Błonnik: 28.18 g	Wart. en.: 2084.21 kcal; Białko: 101.65 g; Tłuszcz: 54.85 g; Kw. tł. nas.: 30.06 g; Węglow. ogółem: 307.98 g; Cukry proste: 37.56 g; Sód: 2554.99 mg; Błonnik: 23.50 g	Wart. en.: 1366.62 kcal; Białko: 49.78 g; Tłuszcz: 31.40 g; Kw. tł. nas.: 17.48 g; Węglow. ogółem: 230.76 g; Cukry proste: 85.47 g; Sód: 1088.65 mg; Błonnik: 18.89 g	Wart. en.: 2201.32 kcal; Białko: 87.39 g; Tłuszcz: 41.65 g; Kw. tł. nas.: 22.33 g; Węglow. ogółem: 383.90 g; Cukry proste: 105.09 g; Sód: 1674.12 mg; Błonnik: 28.93 g	

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwosotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-10-24 sobota	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	II Ś	Smoothie 250 ml					Serek wiejski 150 g	Smoothie 250 ml	
	Obiad	Zupa selerowa 350 ml Makaron z twarogiem 300 g Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml					Zupa selerowa 350 ml Makaron razowy z brokulem 300 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml Makaron z twarogiem 300 g Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jabłko suszone 1 szt					Kanapka z wędliną 80 g	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli 70 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli 70 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli 70 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Ph	Jogurt naturalny 150 1 szt							
		Wart. en.: 2201.32 kcal; Białko: 87.39 g; Tłuszcz: 41.65 g; Kw. tł. nas.: 22.33 g; Węglow. ogółem: 383.90 g; Cukry proste: 105.09 g; Sód: 1674.12 mg; Błonnik: 28.93 g;		Wart. en.: 2083.99 kcal; Białko: 84.57 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tł. nas.: 20.71 g; Węglow. ogółem: 347.50 g; Cukry proste: 91.16 g; Sód: 2088.14 mg; Błonnik: 28.73 g;	Wart. en.: 1943.92 kcal; Białko: 74.58 g; Tłuszcz: 35.26 g; Kw. tł. nas.: 18.70 g; Węglow. ogółem: 346.19 g; Cukry proste: 90.36 g; Sód: 1534.34 mg; Błonnik: 28.18 g;	Wart. en.: 1943.92 kcal; Białko: 74.58 g; Tłuszcz: 35.26 g; Kw. tł. nas.: 18.70 g; Węglow. ogółem: 346.19 g; Cukry proste: 90.36 g; Sód: 1534.34 mg; Błonnik: 28.18 g;	Wart. en.: 2036.18 kcal; Białko: 93.12 g; Tłuszcz: 61.81 g; Kw. tł. nas.: 29.42 g; Węglow. ogółem: 294.11 g; Cukry proste: 29.54 g; Sód: 3208.96 mg; Błonnik: 34.35 g;	Wart. en.: 1943.92 kcal; Białko: 74.58 g; Tłuszcz: 35.26 g; Kw. tł. nas.: 18.70 g; Węglow. ogółem: 346.19 g; Cukry proste: 90.36 g; Sód: 1534.34 mg; Błonnik: 28.18 g;	Wart. en.: 2083.99 kcal; Białko: 84.57 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tł. nas.: 20.71 g; Węglow. ogółem: 347.50 g; Cukry proste: 91.16 g; Sód: 2088.14 mg; Błonnik: 28.73 g;

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-24 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Serek wiejski 150 g	Smoothie 250 ml	
	Obiad	Zupa selerowa 350 ml Makaron z twarogiem 300 g Sos truskawkowy 70 g Woda z cytryną 200 ml		
	P	Kanapka z wędliną 80 g	Jabłko suszone 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli 70 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt		
		Wart. en.: 2061.77 kcal; Białko: 98.47 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw. tł. nas.: 29.59 g; Węglow. ogółem: 797.40 g; Cukry proste: 527.07 g; Sód: 58977.51 mg; Błonnik: 23.50 g;	Wart. en.: 2341.39 kcal; Białko: 97.38 g; Tłuszcz: 52.30 g; Kw. tł. nas.: 24.34 g; Węglow. ogółem: 385.21 g; Cukry proste: 105.89 g; Sód: 2227.93 mg; Błonnik: 29.48 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Ser żółty 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Ser żółty 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Ser żółty 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Zacierka na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml
	II Ś	Jabłko 1 szt						
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml Ryż 200 g Gulasz drobiowy 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml					Rosół z makaronem 150 ml Ryż 80 g Gulasz drobiowy 75 g Surówka z marchewki i jabłka 75 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml Ryż 200 g Gulasz drobiowy 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Serek homogenizowany 1 szt	Serek homogenizowany naturalny 1 szt	Serek homogenizowany 1 szt				
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Mus owocowy 1 szt	Kefir 400 g	Mus owocowy 1 szt				
		Wart. en.: 1994.30 kcal; Białko: 104.75 g; Tłuszcz: 46.88 g; Kw. tł. nas.: 22.34 g; Węglow. ogółem: 298.67 g; Cukry proste: 74.78 g; Sód: 2022.78 mg; Błonnik: 20.65 g;	Wart. en.: 2026.30 kcal; Białko: 108.60 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kw. tł. nas.: 33.15 g; Węglow. ogółem: 265.12 g; Cukry proste: 50.03 g; Sód: 2279.28 mg; Błonnik: 29.25 g;	Wart. en.: 1921.34 kcal; Białko: 99.56 g; Tłuszcz: 40.81 g; Kw. tł. nas.: 18.71 g; Węglow. ogółem: 299.27 g; Cukry proste: 75.30 g; Sód: 1760.86 mg; Błonnik: 20.65 g;	Wart. en.: 1994.30 kcal; Białko: 104.75 g; Tłuszcz: 46.88 g; Kw. tł. nas.: 22.34 g; Węglow. ogółem: 298.67 g; Cukry proste: 74.78 g; Sód: 2022.78 mg; Błonnik: 20.65 g;	Wart. en.: 1366.41 kcal; Białko: 72.98 g; Tłuszcz: 35.56 g; Kw. tł. nas.: 18.76 g; Węglow. ogółem: 195.20 g; Cukry proste: 74.22 g; Sód: 1018.91 mg; Błonnik: 12.91 g;	Wart. en.: 2223.54 kcal; Białko: 114.56 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nas.: 22.50 g; Węglow. ogółem: 344.69 g; Cukry proste: 90.12 g; Sód: 1906.55 mg; Błonnik: 21.69 g;	

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. cięża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Ser żółty 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Ser żółty 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Ser żółty 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Ser żółty 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt							
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml Ryż 200 g Gulasz drobiowy 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Ryż 200 g Gulasz drobiowy 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml				Rosół z makaronem 350 ml Ryż 200 g Gulasz drobiowy 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Serek homogenizowany 1 szt					Serek homogenizowany naturalny 1 szt	Serek homogenizowany 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml					Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Mus owocowy 1 szt					Kefir 400 g	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2296.50 kcal; Białko: 119.75 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nas.: 26.14 g; Węglow. ogółem: 344.09 g; Cukry proste: 89.60 g; Sód: 2168.47 mg; Błonnik: 21.69 g;		Wart. en.: 1990.93 kcal; Białko: 104.03 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tł. nas.: 22.29 g; Węglow. ogółem: 300.00 g; Cukry proste: 79.00 g; Sód: 2034.59 mg; Błonnik: 21.23 g;		Wart. en.: 2022.93 kcal; Białko: 107.88 g; Tłuszcz: 65.17 g; Kw. tł. nas.: 33.10 g; Węglow. ogółem: 266.45 g; Cukry proste: 54.25 g; Sód: 2291.09 mg; Błonnik: 29.83 g;	Wart. en.: 1917.97 kcal; Białko: 98.83 g; Tłuszcz: 40.30 g; Kw. tł. nas.: 18.66 g; Węglow. ogółem: 300.60 g; Cukry proste: 79.51 g; Sód: 1772.67 mg; Błonnik: 21.23 g;	Wart. en.: 1994.20 kcal; Białko: 104.76 g; Tłuszcz: 46.88 g; Kw. tł. nas.: 22.34 g; Węglow. ogółem: 298.65 g; Cukry proste: 74.78 g; Sód: 2024.28 mg; Błonnik: 20.65 g;	

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 40 g Ser żółty 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt		
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml Ryż 200 g Gulasz drobiowy 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Gulasz drobiowy 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml Ryż 200 g Gulasz drobiowy 150 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Serek homogenizowany 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Mus owocowy 1 szt		
		Wart. en.: 1921.34 kcal; Białko: 99.56 g; Tłuszcz: 40.81 g; Kw. tł. nas.: 18.71 g; Węglow. ogółem: 299.27 g; Cukry proste: 75.30 g; Sód: 1760.86 mg; Błonnik: 20.65 g;	Wart. en.: 2183.29 kcal; Białko: 117.93 g; Tłuszcz: 53.55 g; Kw. tł. nas.: 26.04 g; Węglow. ogółem: 319.14 g; Cukry proste: 90.00 g; Sód: 2176.70 mg; Błonnik: 22.74 g;	Wart. en.: 2296.50 kcal; Białko: 119.75 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nas.: 26.14 g; Węglow. ogółem: 344.09 g; Cukry proste: 89.60 g; Sód: 2168.47 mg; Błonnik: 21.69 g;

2026-10-26 poniedziałek

	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
Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Polędwica wp 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Płatki kukurydziane na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
II Ś	Jabłko suszone 1 szt		Serek wiejski 150 g	Jabłko suszone 1 szt	Serek wiejski 150 g	Jabłko 1 szt	Jabłko suszone 1 szt
Obiad	Barszcz biały 350 ml Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz biały 350 ml Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml				Barszcz biały 150 ml Ziemniaki 80 g Bitka w sosie 80 g Fasolka szparagowa gotowana 75 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz biały 350 ml Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml
P	Ciasto drożdżowe 80 g		Jogurt naturalny 150 1 szt	Ciasto drożdżowe 80 g		Ciasto drożdżowe 40 a	Ciasto drożdżowe 80 a
Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Pasta z jaj z zieleniną 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
Pn	Kanapka z wędliną 80 g						
	Wart. en.: 2314.61 kcal; Białko: 90.81 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw. tł. nas.: 29.63 g; Węglow. ogółem: 331.68 g; Cukry proste: 25.57 g; Sód: 2145.92 mg; Błonnik: 27.72 a;	Wart. en.: 2174.87 kcal; Białko: 87.82 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tł. nas.: 28.50 g; Węglow. ogółem: 325.68 g; Cukry proste: 26.85 g; Sód: 2022.41 mg; Błonnik: 27.62 a;	Wart. en.: 2040.12 kcal; Białko: 111.15 g; Tłuszcz: 68.83 g; Kw. tł. nas.: 31.81 g; Węglow. ogółem: 261.51 g; Cukry proste: 28.60 g; Sód: 2886.96 mg; Błonnik: 33.76 a;	Wart. en.: 2128.42 kcal; Białko: 89.46 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nas.: 27.34 g; Węglow. ogółem: 325.18 g; Cukry proste: 26.76 g; Sód: 2262.85 mg; Błonnik: 27.57 a;	Wart. en.: 2275.17 kcal; Białko: 105.85 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kw. tł. nas.: 32.33 g; Węglow. ogółem: 318.17 g; Cukry proste: 28.60 g; Sód: 2590.41 mg; Błonnik: 25.56 a;	Wart. en.: 1447.34 kcal; Białko: 59.19 g; Tłuszcz: 52.42 g; Kw. tł. nas.: 25.79 g; Węglow. ogółem: 194.13 g; Cukry proste: 33.00 g; Sód: 1575.12 mg; Błonnik: 18.29 a;	Wart. en.: 2429.82 kcal; Białko: 102.42 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nas.: 31.12 g; Węglow. ogółem: 373.32 g; Cukry proste: 44.26 g; Sód: 2868.54 mg; Błonnik: 30.21 a;

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. cięża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-10-26 poniedziałek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Poledwica wp 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Jabłko suszone 1 szt					Serek wiejski 150 g	Jabłko suszone 1 szt
	Obiad	Barszcz biały 350 ml Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa ryżowa 350 ml Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml		Barszcz biały 350 ml Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Ciasto drożdżowe 80 g					Jogurt naturalny 150 1 szt	Ciasto drożdżowe 80 g
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g						
		Wart. en.: 2476.27 kcal; Białko: 100.78 g; Tłuszcz: 71.23 g; Kw. tł. nas.: 32.29 g; Węglow. ogółem: 373.82 g; Cukry proste: 44.35 g; Sód: 2628.10 mg; Błonnik: 30.26 g;	Wart. en.: 2178.57 kcal; Białko: 81.01 g; Tłuszcz: 72.50 g; Kw. tł. nas.: 28.19 g; Węglow. ogółem: 314.81 g; Cukry proste: 24.31 g; Sód: 2020.16 mg; Błonnik: 28.04 g;	Wart. en.: 1992.38 kcal; Białko: 79.65 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nas.: 25.90 g; Węglow. ogółem: 308.30 g; Cukry proste: 25.49 g; Sód: 2137.09 mg; Błonnik: 27.89 g;	Wart. en.: 1904.08 kcal; Białko: 101.34 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nas.: 30.37 g; Węglow. ogółem: 244.63 g; Cukry proste: 27.33 g; Sód: 2761.20 mg; Błonnik: 34.08 g;	Wart. en.: 1992.38 kcal; Białko: 79.65 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nas.: 25.90 g; Węglow. ogółem: 308.30 g; Cukry proste: 25.49 g; Sód: 2137.09 mg; Błonnik: 27.89 g;	Wart. en.: 2616.01 kcal; Białko: 103.77 g; Tłuszcz: 82.79 g; Kw. tł. nas.: 33.42 g; Węglow. ogółem: 379.82 g; Cukry proste: 43.07 g; Sód: 2751.61 mg; Błonnik: 30.36 g;	

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-26 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Serek wiejski 150 g	Jabłko suszone 1 szt	
	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz biały 350 ml Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jogurt naturalny 150 1 szt	Ciasto drożdżowe 80 g	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z jaj z zieleciną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g		
		Wart. en.: 1949.88 kcal; Białko: 97.97 g; Tłuszcz: 57.90 g; Kw. tł. nas.: 28.69 g; Węglow. ogółem: 761.98 g; Cukry proste: 516.79 g; Sód: 59118.39 mg; Błonnik: 24.63 g;	Wart. en.: 2616.01 kcal; Białko: 103.77 g; Tłuszcz: 82.79 g; Kw. tł. nas.: 33.42 g; Węglow. ogółem: 379.82 g; Cukry proste: 43.07 g; Sód: 2751.61 mg; Błonnik: 30.36 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-10-27 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml		Ryż na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Ryż na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt		Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt			
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony 120 g Sałata z pomidorem i oliwą 100 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g Sos jarzynowy 70 g Sałata z pomidorem i oliwą 100 g Woda z cytryną 200 ml				Zupa szpinakowa 150 ml Ziemniaki 80 g Kurczak gotowany 70 g Sos jarzynowy 30 g Sałata z pomidorem i oliwą 50 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g Sos jarzynowy 70 g Sałata z pomidorem i oliwą 100 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Mus owocowy 1 szt		Kefir 400 g	Mus owocowy 1 szt	Kefir 400 g	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Jogurt owocowy 150 1 szt		Jogurt naturalny 150 1 szt	Jogurt owocowy 150 1 szt			
		Wart. en.: 1895.73 kcal; Białko: 79.96 g; Tłuszcz: 55.26 g; Kw. tł. nas.: 20.93 g; Węglow. ogółem: 281.46 g; Cukry proste: 71.92 g; Sód: 1802.31 mg; Błonnik: 22.96 g	Wart. en.: 1907.40 kcal; Białko: 81.53 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw. tł. nas.: 20.71 g; Węglow. ogółem: 291.54 g; Cukry proste: 74.10 g; Sód: 1858.38 mg; Błonnik: 23.66 g	Wart. en.: 1861.55 kcal; Białko: 91.56 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw. tł. nas.: 25.84 g; Węglow. ogółem: 253.76 g; Cukry proste: 49.26 g; Sód: 2130.08 mg; Błonnik: 32.47 g	Wart. en.: 1841.86 kcal; Białko: 79.31 g; Tłuszcz: 45.45 g; Kw. tł. nas.: 19.76 g; Węglow. ogółem: 291.02 g; Cukry proste: 74.97 g; Sód: 1548.06 mg; Błonnik: 23.64 g	Wart. en.: 1983.40 kcal; Białko: 92.93 g; Tłuszcz: 59.34 g; Kw. tł. nas.: 25.45 g; Węglow. ogółem: 281.64 g; Cukry proste: 64.70 g; Sód: 1972.38 mg; Błonnik: 22.86 g	Wart. en.: 1293.99 kcal; Białko: 55.35 g; Tłuszcz: 36.76 g; Kw. tł. nas.: 18.20 g; Węglow. ogółem: 192.63 g; Cukry proste: 74.60 g; Sód: 1048.23 mg; Błonnik: 13.96 g	Wart. en.: 2098.06 kcal; Białko: 91.52 g; Tłuszcz: 51.66 g; Kw. tł. nas.: 23.38 g; Węglow. ogółem: 329.39 g; Cukry proste: 89.73 g; Sód: 1688.75 mg; Błonnik: 24.36 g

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. cięża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP
2026-10-27 wtorek	Śniadanie	Ryż na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Ryż na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Ryż na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt				Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g Sos jarzynowy 70 g Sałata z pomidorem i oliwą 100 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony 120 g Sałata z pomidorem i oliwą 100 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g Sos jarzynowy 70 g Sałata z pomidorem i oliwą 100 g Woda z cytryną 200 ml				Zupa szpinakowa 350 ml Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony 120 g Sałata z pomidorem i oliwą 100 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Mus owocowy 1 szt				Kefir 400 g	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i wędliny z zieloną 70 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i wędliny z zieloną 70 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i wędliny z zieloną 70 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Jogurt owocowy 150 1 szt				Jogurt naturalny 150 1 szt	Jogurt owocowy 150 1 szt	
		Wart. en.: 2160.72 kcal; Białko: 93.69 g; Tłuszcz: 57.72 g; Kw. tł. nas.: 24.32 g; Węglow. ogółem: 329.59 g; Cukry proste: 87.94 g; Sód: 1999.84 mg; Błonnik: 24.99 g	Wart. en.: 2163.60 kcal; Białko: 93.74 g; Tłuszcz: 57.75 g; Kw. tł. nas.: 24.33 g; Węglow. ogółem: 329.91 g; Cukry proste: 88.86 g; Sód: 1999.07 mg; Błonnik: 24.38 g	Wart. en.: 1895.73 kcal; Białko: 79.96 g; Tłuszcz: 55.26 g; Kw. tł. nas.: 20.93 g; Węglow. ogółem: 281.46 g; Cukry proste: 71.92 g; Sód: 1802.31 mg; Błonnik: 22.96 g	Wart. en.: 1907.40 kcal; Białko: 81.53 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw. tł. nas.: 20.71 g; Węglow. ogółem: 291.54 g; Cukry proste: 74.10 g; Sód: 1858.38 mg; Błonnik: 23.66 g	Wart. en.: 1861.55 kcal; Białko: 91.56 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw. tł. nas.: 25.84 g; Węglow. ogółem: 253.76 g; Cukry proste: 49.26 g; Sód: 2130.08 mg; Błonnik: 32.47 g	Wart. en.: 1841.86 kcal; Białko: 79.31 g; Tłuszcz: 45.45 g; Kw. tł. nas.: 19.76 g; Węglow. ogółem: 291.02 g; Cukry proste: 74.97 g; Sód: 1548.06 mg; Błonnik: 23.64 g	Wart. en.: 2151.83 kcal; Białko: 92.18 g; Tłuszcz: 61.47 g; Kw. tł. nas.: 24.54 g; Węglow. ogółem: 319.81 g; Cukry proste: 86.68 g; Sód: 1944.50 mg; Błonnik: 23.68 g

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-27 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połudwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Ryż na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połudwica wp 50 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	
	II Ś	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Zupa szpinakowa 350 ml Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g Sos jarzynowy 70 g Sałata z pomidorem i oliwą 100 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa szpinakowa 350 ml Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony 120 g Sałata z pomidorem i oliwą 100 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Kefir 400 g	Mus owocowy 1 szt	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Jogurt owocowy 150 1 szt		
		Wart. en.: 1917.86 kcal; Białko: 90.71 g; Tłuszcz: 53.25 g; Kw. tł. nas.: 24.50 g; Węglow. ogółem: 2142.32 g; Cukry proste: 1689.17 g; Sód: 16710.06 mg; Błonnik: 22.84 g;	Wart. en.: 2151.93 kcal; Białko: 92.17 g; Tłuszcz: 61.47 g; Kw. tł. nas.: 24.54 g; Węglow. ogółem: 319.83 g; Cukry proste: 86.68 g; Sód: 1943.00 mg; Błonnik: 23.68 g;	

2026-10-28 środa

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-10-28 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser żółty 40 g Szynka z piersi 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Ser żółty 40 g Szynka z piersi 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 30 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser żółty 40 g Szynka z piersi 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki owsiane na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Dżem porcjowany 1 szt Szynka z piersi 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	Jabłko 1 szt			
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml Pierogi z kaszą i mięsem 250 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa kalafiorowa 350 ml Kasza bulgur 200 g Sztuka mięsa w sosie 150 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml Pierogi z kaszą i mięsem 250 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa kalafiorowa 150 ml Pierogi z kaszą i mięsem 120 g Surówka z warzyw i jabłka 75 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml Pierogi z kaszą i mięsem 250 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Smoothie 1 ml		Jogurt naturalny 150 1 szt	Smoothie 1 ml			
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt		Serek homogenizowany naturalnv 1 szt	Serek homogenizowany 1 szt			
	Wart. en.: 2163.66 kcal; Białko: 108.71 g; Tłuszcz: 62.60 g; Kw. tł. nas.: 27.40 g; Węglow. ogółem: 304.22 g; Cukry proste: 46.19 g; Sód: 1802.03 mg; Błonnik: 25.07 g	Wart. en.: 2209.70 kcal; Białko: 108.88 g; Tłuszcz: 62.84 g; Kw. tł. nas.: 27.41 g; Węglow. ogółem: 315.80 g; Cukry proste: 55.61 g; Sód: 1807.76 mg; Błonnik: 26.73 g	Wart. en.: 2112.81 kcal; Białko: 102.63 g; Tłuszcz: 80.86 g; Kw. tł. nas.: 38.01 g; Węglow. ogółem: 261.81 g; Cukry proste: 36.63 g; Sód: 2042.88 mg; Błonnik: 36.01 g	Wart. en.: 2120.75 kcal; Białko: 97.79 g; Tłuszcz: 53.73 g; Kw. tł. nas.: 21.93 g; Węglow. ogółem: 325.21 g; Cukry proste: 64.82 g; Sód: 1448.81 mg; Błonnik: 26.93 g	Wart. en.: 2209.70 kcal; Białko: 108.88 g; Tłuszcz: 62.84 g; Kw. tł. nas.: 27.41 g; Węglow. ogółem: 315.80 g; Cukry proste: 55.61 g; Sód: 1807.76 mg; Błonnik: 26.73 g	Wart. en.: 1381.94 kcal; Białko: 71.18 g; Tłuszcz: 42.08 g; Kw. tł. nas.: 20.15 g; Węglow. ogółem: 187.80 g; Cukry proste: 51.32 g; Sód: 955.97 mg; Błonnik: 15.79 g	Wart. en.: 2386.55 kcal; Białko: 111.56 g; Tłuszcz: 61.89 g; Kw. tł. nas.: 25.88 g; Węglow. ogółem: 360.70 g; Cukry proste: 79.79 g; Sód: 1589.20 mg; Błonnik: 29.00 g	

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. cięża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna - ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-10-28 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser żółty 40 g Szyunka z piersi 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser żółty 40 g Szyunka z piersi 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Ser żółty 40 g Szyunka z piersi 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Dżem porcjowany 1 szt Szyunka z piersi 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Platki owsiane na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser żółty 40 g Szyunka z piersi 30 g 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 kalafiorowa 350 ml Pierogi z kaszą i mięsem 250 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml Pierogi z kaszą i mięsem 250 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml Kasza bulgur 200 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml Sztuka mięsa w sosie 150 g	Zupa ziemniaczana 350 ml Pierogi z kaszą i mięsem 250 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml Pierogi z kaszą i mięsem 250 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Smoothie 1 ml					Jogurt naturalny 150 1 szt	Smoothie 1 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt					Serek homogenizowany naturalny 1 szt	Serek homogenizowany 1 szt	
	Wart. en.: 2429.46 kcal; Białko: 122.48 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nas.: 31.34 g; Węglow. ogółem: 339.71 g; Cukry proste: 61.16 g; Sód: 1942.42 mg; Błonnik: 27.14 g;	Wart. en.: 2475.50 kcal; Białko: 122.65 g; Tłuszcz: 71.00 g; Kw. tł. nas.: 31.35 g; Węglow. ogółem: 351.29 g; Cukry proste: 70.58 g; Sód: 1948.15 mg; Błonnik: 28.80 g;	Wart. en.: 2214.32 kcal; Białko: 108.94 g; Tłuszcz: 62.66 g; Kw. tł. nas.: 27.41 g; Węglow. ogółem: 316.16 g; Cukry proste: 44.88 g; Sód: 1790.19 mg; Błonnik: 24.36 g;	Wart. en.: 2260.36 kcal; Białko: 109.11 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nas.: 27.42 g; Węglow. ogółem: 327.74 g; Cukry proste: 54.30 g; Sód: 1795.92 mg; Błonnik: 26.01 g;	Wart. en.: 2163.47 kcal; Białko: 102.86 g; Tłuszcz: 80.91 g; Kw. tł. nas.: 38.03 g; Węglow. ogółem: 273.75 g; Cukry proste: 35.32 g; Sód: 2031.04 mg; Błonnik: 35.30 g;	Wart. en.: 2171.41 kcal; Białko: 98.03 g; Tłuszcz: 53.79 g; Kw. tł. nas.: 21.95 g; Węglow. ogółem: 337.15 g; Cukry proste: 63.51 g; Sód: 1436.97 mg; Błonnik: 26.21 g;	Wart. en.: 2429.46 kcal; Białko: 122.48 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nas.: 31.34 g; Węglow. ogółem: 339.71 g; Cukry proste: 61.16 g; Sód: 1942.42 mg; Błonnik: 27.14 g;		

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-28 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Dżem porcjowany 1 szt Szynka z piersi 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser żółty 40 g Szynka z piersi 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt	Gruszka szt 1 szt	
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 200 g Sztuka mięsa w sosie 150 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml Pierogi z kaszą i mięsem 250 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jogurt naturalny 150 1 szt	Smoothie 1 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt		
		Wart. en.: 2058.54 kcal; Białko: 97.52 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw. tł. nas.: 26.21 g; Węglow. ogółem: 296.56 g; Cukry proste: 69.46 g; Sód: 1541.27 mg; Błonnik: 25.77 g;	Wart. en.: 2429.46 kcal; Białko: 122.48 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nas.: 31.34 g; Węglow. ogółem: 339.71 g; Cukry proste: 61.16 g; Sód: 1942.42 mg; Błonnik: 27.14 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-10-29 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml		Zacierka na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt		Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt			
	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml Ziemniaki 200 g Filet z pieca zapiekany z pomidorem 100 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml				Zupa ryżowa 350 ml Ziemniaki 200 g Filet z pieca zapiekany z pomidorem 150 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 150 ml Ziemniaki 80 g Filet z pieca zapiekany z pomidorem 70 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml Ziemniaki 200 g Filet z pieca zapiekany z pomidorem 100 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Bułka z wędliną 80 g		Kanapka z wędliną 80 g	Bułka z wędliną 80 g			
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 30 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 30 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml
	Pn	Mus owocowy 1 szt		Kefir 400 g	Mus owocowy 1 szt	Kefir 400 g	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 1864.76 kcal; Białko: 82.89 g; Tłuszcz: 46.11 g; Kw. tł. nas.: 21.64 g; Węglow. ogółem: 290.93 g; Cukry proste: 61.11 g; Sód: 2333.26 mg; Błonnik: 22.01 g	Wart. en.: 1867.64 kcal; Białko: 82.94 g; Tłuszcz: 46.13 g; Kw. tł. nas.: 21.65 g; Węglow. ogółem: 291.26 g; Cukry proste: 62.03 g; Sód: 2332.49 mg; Błonnik: 21.40 g	Wart. en.: 1726.89 kcal; Białko: 85.73 g; Tłuszcz: 52.18 g; Kw. tł. nas.: 25.53 g; Węglow. ogółem: 244.58 g; Cukry proste: 38.52 g; Sód: 2374.49 mg; Błonnik: 30.87 g	Wart. en.: 1867.64 kcal; Białko: 82.94 g; Tłuszcz: 46.13 g; Kw. tł. nas.: 21.65 g; Węglow. ogółem: 291.26 g; Cukry proste: 62.03 g; Sód: 2332.49 mg; Błonnik: 21.40 g	Wart. en.: 2004.80 kcal; Białko: 106.84 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nas.: 26.56 g; Węglow. ogółem: 282.54 g; Cukry proste: 53.37 g; Sód: 2491.98 mg; Błonnik: 21.01 g	Wart. en.: 1470.56 kcal; Białko: 58.46 g; Tłuszcz: 45.50 g; Kw. tł. nas.: 22.33 g; Węglow. ogółem: 214.79 g; Cukry proste: 65.92 g; Sód: 1464.66 mg; Błonnik: 15.20 g	Wart. en.: 2169.84 kcal; Białko: 97.94 g; Tłuszcz: 53.17 g; Kw. tł. nas.: 25.44 g; Węglow. ogółem: 336.68 g; Cukry proste: 76.85 g; Sód: 2478.17 mg; Błonnik: 22.44 g

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-10-29 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Banany szt 1 szt					Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt	
	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml Ziemniaki 200 g Filet z pieca zapiekany z pomidorem 100 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml							
	P	Bułka z wędliną 80 g					Kanapka z wędliną 80 g	Bułka z wędliną 80 g	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml					Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Mus owocowy 1 szt					Kefir 400 g	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2166.96 kcal; Białko: 97.89 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nas.: 25.44 g; Węglow. ogółem: 336.35 g; Cukry proste: 75.93 g; Sód: 2478.94 mg; Błonnik: 23.05 g;	Wart. en.: 2169.84 kcal; Białko: 97.94 g; Tłuszcz: 53.17 g; Kw. tł. nas.: 25.44 g; Węglow. ogółem: 336.68 g; Cukry proste: 76.85 g; Sód: 2478.17 mg; Błonnik: 22.44 g;	Wart. en.: 1864.76 kcal; Białko: 82.89 g; Tłuszcz: 46.11 g; Kw. tł. nas.: 21.64 g; Węglow. ogółem: 290.93 g; Cukry proste: 61.11 g; Sód: 2332.26 mg; Błonnik: 22.01 g;	Wart. en.: 1867.64 kcal; Białko: 82.94 g; Tłuszcz: 46.13 g; Kw. tł. nas.: 21.65 g; Węglow. ogółem: 291.26 g; Cukry proste: 62.03 g; Sód: 2332.49 mg; Błonnik: 21.40 g;	Wart. en.: 1726.89 kcal; Białko: 85.73 g; Tłuszcz: 52.18 g; Kw. tł. nas.: 25.53 g; Węglow. ogółem: 244.58 g; Cukry proste: 38.52 g; Sód: 2374.49 mg; Błonnik: 30.87 g;	Wart. en.: 1867.64 kcal; Białko: 82.94 g; Tłuszcz: 46.13 g; Kw. tł. nas.: 21.65 g; Węglow. ogółem: 291.26 g; Cukry proste: 62.03 g; Sód: 2332.49 mg; Błonnik: 21.40 g;	Wart. en.: 2166.96 kcal; Białko: 97.89 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nas.: 25.44 g; Węglow. ogółem: 336.35 g; Cukry proste: 75.93 g; Sód: 2478.94 mg; Błonnik: 23.05 g;	

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-29 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka z piersi 40 g Serek nat. Haga 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Banany szt 1 szt		
	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml Ziemniaki 200 g Filet z pieca zapiekany z pomidorem 100 g Sałata z oliwą 30 g Woda z cytryną 200 ml		
	P	Bułka z wędliną 80 g		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica wp 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Mus owocowy 1 szt		
		Wart. en.: 1867.64 kcal; Białko: 82.94 g; Tłuszcz: 46.13 g; Kw. tł. nas.: 21.65 g; Węglow. ogółem: 291.26 g; Cukry proste: 62.03 g; Sód: 2332.49 mg; Błonnik: 21.40 g;	Wart. en.: 2166.96 kcal; Białko: 97.89 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nas.: 25.44 g; Węglow. ogółem: 336.35 g; Cukry proste: 75.93 g; Sód: 2478.94 mg; Błonnik: 23.05 g;	

2026-10-30 piątek

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-10-30 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Połędwica drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 100 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Kasza manna na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml
	II Ś	Jogurt owocowy 150 1 szt		Jogurt naturalny 150 1 szt	Jogurt owocowy 150 1 szt			
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g Surówka z kiszzonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g Surówka z selera i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml			Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 130 g Surówka z selera i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 150 ml Ziemniaki 80 g Ryba z pieca 70 g Surówka z selera i jabłka 75 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g Surówka z selera i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml
	P	Ciasto drożdżowe 80 g		Kanapka z wędliną 80 g	Ciasto drożdżowe 80 g	Kanapka z wędliną 80 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Ciasto drożdżowe 80 g
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Smoothie 250 ml		Serek homogenizowany naturalny 1 szt	Smoothie 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 1 szt	Smoothie 250 ml	
		Wart. en.: 2327.56 kcal; Białko: 69.74 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw. tł. nas.: 21.43 g; Węglow. ogółem: 360.57 g; Cukry proste: 107.63 g; Sód: 2034.43 mg; Błonnik: 31.14 g	Wart. en.: 2115.10 kcal; Białko: 66.72 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nas.: 20.10 g; Węglow. ogółem: 347.39 g; Cukry proste: 109.21 g; Sód: 1616.45 mg; Błonnik: 31.99 g	Wart. en.: 2083.34 kcal; Białko: 89.45 g; Tłuszcz: 83.63 g; Kw. tł. nas.: 35.03 g; Węglow. ogółem: 261.79 g; Cukry proste: 40.12 g; Sód: 2396.41 mg; Błonnik: 36.92 g	Wart. en.: 1918.74 kcal; Białko: 70.00 g; Tłuszcz: 42.38 g; Kw. tł. nas.: 19.16 g; Węglow. ogółem: 327.79 g; Cukry proste: 102.15 g; Sód: 1747.51 mg; Błonnik: 27.54 g	Wart. en.: 2237.85 kcal; Białko: 100.21 g; Tłuszcz: 83.85 g; Kw. tł. nas.: 35.72 g; Węglow. ogółem: 284.61 g; Cukry proste: 52.10 g; Sód: 2085.06 mg; Błonnik: 28.32 g	Wart. en.: 1313.38 kcal; Białko: 43.58 g; Tłuszcz: 33.12 g; Kw. tł. nas.: 16.76 g; Węglow. ogółem: 219.12 g; Cukry proste: 95.29 g; Sód: 1089.99 mg; Błonnik: 18.14 g	Wart. en.: 2176.14 kcal; Białko: 82.81 g; Tłuszcz: 48.77 g; Kw. tł. nas.: 22.78 g; Węglow. ogółem: 370.26 g; Cukry proste: 116.88 g; Sód: 38145.06 mg; Błonnik: 28.29 g

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-10-30 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Połędwica drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	
	II Ś	Jogurt owocowy 150 1 szt					Jogurt naturalny 150 1 szt	Jogurt owocowy 150 1 szt	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g Surówka z selera i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g Surówka z selera i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml			Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Ciasto drożdżowe 80 g					Kanapka z wędliną 80 g	Ciasto drożdżowe 80 g	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml					Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Smoothie 250 ml					Serek homogenizowany naturalny 1 szt	Smoothie 250 ml	
		Wart. en.: 2372.50 kcal; Białko: 79.53 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nas.: 23.73 g; Węglow. ogółem: 385.10 g; Cukry proste: 123.94 g; Sód: 1756.23 mg; Błonnik: 32.74 g;		Wart. en.: 2327.56 kcal; Białko: 69.74 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw. tł. nas.: 21.43 g; Węglow. ogółem: 360.57 g; Cukry proste: 107.63 g; Sód: 2034.43 mg; Błonnik: 31.14 g;	Wart. en.: 2115.10 kcal; Białko: 66.72 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nas.: 20.10 g; Węglow. ogółem: 347.39 g; Cukry proste: 109.21 g; Sód: 1616.45 mg; Błonnik: 31.99 g;	Wart. en.: 2083.34 kcal; Białko: 89.45 g; Tłuszcz: 83.63 g; Kw. tł. nas.: 35.03 g; Węglow. ogółem: 261.79 g; Cukry proste: 40.12 g; Sód: 2396.41 mg; Błonnik: 36.92 g;	Wart. en.: 1918.74 kcal; Białko: 70.00 g; Tłuszcz: 42.38 g; Kw. tł. nas.: 19.16 g; Węglow. ogółem: 327.79 g; Cukry proste: 102.15 g; Sód: 1747.51 mg; Błonnik: 27.54 g;	Wart. en.: 2584.96 kcal; Białko: 82.55 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kw. tł. nas.: 25.06 g; Węglow. ogółem: 398.28 g; Cukry proste: 122.36 g; Sód: 2174.21 mg; Błonnik: 31.89 g;	

2026-10-30 piątek

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-30 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Ser twarogowy 50 g Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml	
	II ś	Jogurt owocowy 150 1 szt		
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g Surówka z selera i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Ciasto drożdżowe 80 g		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka jarzynowa 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Smoothie 250 ml		
		Wart. en.: 1880.49 kcal; Białko: 69.92 g; Tłuszcz: 42.33 g; Kw. tł. nas.: 19.15 g; Węglow. ogółem: 318.34 g; Cukry proste: 92.90 g; Sód: 1747.26 mg; Błonnik: 27.34 g;	Wart. en.: 2584.96 kcal; Białko: 82.55 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kw. tł. nas.: 25.06 g; Węglow. ogółem: 398.28 g; Cukry proste: 122.36 g; Sód: 2174.21 mg; Błonnik: 31.89 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P02 Łatwostrawna dzieci i młodzież
2026-10-31 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Jajko gotowane 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Jabłko 1 szt						
	Obiad	Zupa brokułowa 350 ml Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml Ryż z warzywami 300 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml Ryż 200 g Kurczak gotowany 120 g Sos jarzynowy 70 g Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 150 ml Ryż z jabłkiem 150 g Sos waniliowy 40 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Sok warzywno-owocowy 1 ml	Serek wiejski 150 g	Sok warzywno-owocowy 1 ml	Serek wiejski 150 g	Galaretką owocową 200 g		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g						
		Wart. en.: 1884.15 kcal; Białko: 67.96 g; Tłuszcz: 48.98 g; Kw. tł. nas.: 25.51 g; Węglow. ogółem: 304.57 g; Cukry proste: 60.50 g; Sód: 1758.55 mg; Błonnik: 22.81 g	Wart. en.: 1875.44 kcal; Białko: 67.70 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nas.: 25.48 g; Węglow. ogółem: 302.90 g; Cukry proste: 59.29 g; Sód: 1762.09 mg; Błonnik: 22.27 g	Wart. en.: 1832.23 kcal; Białko: 86.04 g; Tłuszcz: 46.65 g; Kw. tł. nas.: 23.81 g; Węglow. ogółem: 283.83 g; Cukry proste: 47.57 g; Sód: 2462.39 mg; Błonnik: 32.68 g	Wart. en.: 1876.84 kcal; Białko: 71.16 g; Tłuszcz: 46.48 g; Kw. tł. nas.: 25.49 g; Węglow. ogółem: 305.00 g; Cukry proste: 61.39 g; Sód: 1737.58 mg; Błonnik: 22.30 g	Wart. en.: 2009.13 kcal; Białko: 103.25 g; Tłuszcz: 56.34 g; Kw. tł. nas.: 26.73 g; Węglow. ogółem: 285.90 g; Cukry proste: 46.59 g; Sód: 2565.97 mg; Błonnik: 26.25 g	Wart. en.: 1330.56 kcal; Białko: 50.38 g; Tłuszcz: 43.35 g; Kw. tł. nas.: 23.36 g; Węglow. ogółem: 192.21 g; Cukry proste: 56.80 g; Sód: 1309.69 mg; Błonnik: 14.03 g	Wart. en.: 2195.57 kcal; Białko: 84.55 g; Tłuszcz: 53.53 g; Kw. tł. nas.: 29.28 g; Węglow. ogółem: 357.02 g; Cukry proste: 82.63 g; Sód: 2340.37 mg; Błonnik: 25.08 g

		P01 Podst. dzieci i młodzież	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	
2026-10-31 sobota	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt							
	Obiad	Zupa brokułowa 350 ml Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa grysikowa 350 ml Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa grysikowa 350 ml Ryż z warzywami 300 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Galaretką owocowa 200 g	Sok warzywno-owocowy 1 ml				Serek wiejski 150 g	Sok warzywno-owocowy 1 ml	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g							
		Wart. en.: 2202.88 kcal; Białko: 81.35 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nas.: 29.30 g; Węglow. ogółem: 356.59 g; Cukry proste: 81.74 g; Sód: 2361.34 mg; Błonnik: 25.59 g	Wart. en.: 2176.84 kcal; Białko: 80.66 g; Tłuszcz: 55.78 g; Kw. tł. nas.: 29.27 g; Węglow. ogółem: 351.04 g; Cukry proste: 76.79 g; Sód: 2367.78 mg; Błonnik: 24.91 g	Wart. en.: 1939.05 kcal; Białko: 67.30 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nas.: 25.28 g; Węglow. ogółem: 319.40 g; Cukry proste: 58.19 g; Sód: 1742.55 mg; Błonnik: 21.84 g	Wart. en.: 1930.34 kcal; Białko: 67.03 g; Tłuszcz: 48.41 g; Kw. tł. nas.: 25.24 g; Węglow. ogółem: 317.73 g; Cukry proste: 56.99 g; Sód: 1746.09 mg; Błonnik: 21.30 g	Wart. en.: 1887.13 kcal; Białko: 85.37 g; Tłuszcz: 46.28 g; Kw. tł. nas.: 23.58 g; Węglow. ogółem: 298.66 g; Cukry proste: 45.27 g; Sód: 2446.39 mg; Błonnik: 31.71 g	Wart. en.: 1931.74 kcal; Białko: 70.50 g; Tłuszcz: 46.11 g; Kw. tł. nas.: 25.26 g; Węglow. ogółem: 319.83 g; Cukry proste: 59.08 g; Sód: 1721.58 mg; Błonnik: 21.33 g	Wart. en.: 1884.15 kcal; Białko: 67.96 g; Tłuszcz: 48.98 g; Kw. tł. nas.: 25.51 g; Węglow. ogółem: 304.57 g; Cukry proste: 60.50 g; Sód: 1758.55 mg; Błonnik: 22.81 g	

		D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-10-31 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Twarożek z koperkiem 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynka wp 40 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jabłko 1 szt		
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml Ryż 200 g Kurczak gotowany 120 g Sos jarzynowy 70 g Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml Ryż z jabłkiem 300 g Sos waniliowy 70 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Galaretka owocowa 200 g		Sok warzywno-owocowy 1 ml
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Kefir 400 g		
		Wart. en.: 1931.54 kcal; Białko: 88.04 g; Tłuszcz: 47.27 g; Kw. tł. nas.: 22.64 g; Węglow. ogółem: 301.82 g; Cukry proste: 45.22 g; Sód: 1955.68 mg; Błonnik: 25.47 g;	Wart. en.: 2202.88 kcal; Białko: 81.35 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nas.: 29.30 g; Węglow. ogółem: 356.59 g; Cukry proste: 81.74 g; Sód: 2361.34 mg; Błonnik: 25.59 g;	Wart. en.: 2185.55 kcal; Białko: 80.92 g; Tłuszcz: 55.98 g; Kw. tł. nas.: 29.30 g; Węglow. ogółem: 352.71 g; Cukry proste: 78.00 g; Sód: 2364.24 mg; Błonnik: 25.45 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,