JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	galaretka drobiowa 50g *(soj, oz, ryb), polędwica z majerankiem, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Ryż na mleku, Sałata	zupa biały barszcz 400ml, bigos *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Marchew - 20g, Żelatyna - 4g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 80g, Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Marchew - 50g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 5g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 2g, Wieprzowina, łopatka - 50g, Woda - 400ml, Kapusta biała - 300g, Kiełbasa podwawelska - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, oz - Orzeszki ziemne, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13665 z dnia 05.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2036,54 kCal
Witamina C	276,04 mg
Witamina B12	5,08 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,57 mg
Niacyna	18,01 mg
Witamina B2	2,57 mg
Witamina B1	1,66 mg
Witamina E	15,67 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,03 mg
Skrobia	155,44 mg
Sól	6320,56 mg
Mangan	5,50 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	13,45 mg
Żelazo	12,10 mg
Magnez	391,04 mg
Fosfor	1749,66 mg
Wapń	1319,55 mg
Potas	4801,77 mg
Sód	2526,36 mg
Błonnik pokarmowy	32,08 g
Cukry proste	21,58 g
Węglowodany	269,60 g
Cholesterol	378,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,97 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,42 g
Tłuszcze nienasycone	40,30 g
Tłuszcze nasycone	25,00 g
Tłuszcze	70,48 g
Białka	106,79 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Ryż na mleku, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa biały barszcz 400ml, surówka z marchewki tartej, Kompot, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Ziemniaki, średnio - 200g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Marchew - 170g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Olej rzepakowy - 10g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski z truskawkami *(mle) - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13666 z dnia 05.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2231,22 kCal
Witamina C	134,45 mg
Witamina B12	2,44 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,58 mg
Niacyna	15,01 mg
Witamina B2	1,78 mg
Witamina B1	1,15 mg
Witamina E	12,97 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,43 mg
Skrobia	226,21 mg
Sól	5749,54 mg
Mangan	3,41 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	7,88 mg
Żelazo	9,66 mg
Magnez	332,38 mg
Fosfor	1284,83 mg
Wapń	947,87 mg
Potas	4803,72 mg
Sód	2239,24 mg
Błonnik pokarmowy	28,09 g
Cukry proste	36,34 g
Węglowodany	336,58 g
Cholesterol	72,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,49 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,63 g
Tłuszcze nienasycone	38,80 g
Tłuszcze nasycone	23,86 g
Tłuszcze	65,45 g
Białka	88,21 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Ryż na mleku, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	kanapka z pomidorem	zupa biały barszcz 400ml, bigos *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g	Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Mąka pszenna, typ 550 - 10g, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Cebula - 15g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Woda - 400ml, Olej rzepakowy - 5g, Kapusta biała - 300g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13668 z dnia 05.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2100,43 kCal
Witamina C	289,98 mg
Witamina B12	4,17 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,58 mg
Niacyna	16,50 mg
Witamina B2	2,76 mg
Witamina B1	1,77 mg
Witamina E	17,11 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,20 mg
Skrobia	172,66 mg
Sól	7391,41 mg
Mangan	8,43 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	15,41 mg
Żelazo	13,19 mg
Magnez	467,68 mg
Fosfor	1893,63 mg
Wapń	2377,61 mg
Potas	5282,15 mg
Sód	2954,38 mg
Błonnik pokarmowy	39,89 g
Cukry proste	23,12 g
Węglowodany	311,17 g
Cholesterol	119,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,90 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,74 g
Tłuszcze nienasycone	35,66 g
Tłuszcze nasycone	22,50 g
Tłuszcze	61,16 g
Białka	96,29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Ryż na mleku, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa biały barszcz 400ml, marchewka gotowana, Kompot, Kopytka	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 100ml, Ryż biały - 25g, Chleb wiejski - 75g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	kiełbasa biała rusztowa - 15g, Marchew - 190g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Mąka pszenna, typ 550 - 10g, Białko jaja kurzego - 100g, Skrobia ziemniaczana - 20g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 300g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 75g, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13670 z dnia 05.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2111,63 kCal
Witamina C	132,51 mg
Witamina B12	1,90 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	2,42 mg
Niacyna	14,92 mg
Witamina B2	1,89 mg
Witamina B1	1,19 mg
Witamina E	7,40 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,58 mg
Skrobia	249,04 mg
Sól	7040,46 mg
Mangan	3,68 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	8,05 mg
Żelazo	10,46 mg
Magnez	340,53 mg
Fosfor	1151,23 mg
Wapń	947,01 mg
Potas	4722,45 mg
Sód	2815,38 mg
Błonnik pokarmowy	29,57 g
Cukry proste	38,14 g
Węglowodany	361,64 g
Cholesterol	58,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	6,78 g
Tłuszcze jednonienasycone	9,49 g
Tłuszcze nienasycone	21,23 g
Tłuszcze nasycone	18,02 g
Tłuszcze	41,06 g
Białka	88,68 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Ryż na mleku, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa biały barszcz 400ml, surówka z marchewki tartej, Kompot, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 50g, Kajzerki - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Marchew - 190g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13671 z dnia 05.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2394,42 kCal
Witamina C	139,53 mg
Witamina B12	4,20 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,78 mg
Niacyna	15,18 mg
Witamina B2	2,64 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	12,33 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,92 mg
Skrobia	225,94 mg
Sól	6981,19 mg
Mangan	3,26 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	10,62 mg
Żelazo	11,26 mg
Magnez	389,63 mg
Fosfor	1684,23 mg
Wapń	1460,12 mg
Potas	5515,07 mg
Sód	2791,59 mg
Błonnik pokarmowy	27,99 g
Cukry proste	32,78 g
Węglowodany	348,68 g
Cholesterol	262,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,55 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,12 g
Tłuszcze nienasycone	38,69 g
Tłuszcze nasycone	26,73 g
Tłuszcze	68,92 g
Białka	108,70 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Ryż na mleku, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa biały barszcz 400ml, surówka z marchewki tartej, Kompot, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Woda - 100ml, Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 50g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Marchew - 170g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 100g, Olej rzepakowy - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 200g, Skrobia ziemniaczana - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Cukier - 1g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 50g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 30g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13600 z dnia 05.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1674,77 kCal
Witamina C	93,40 mg
Witamina B12	3,96 µg
Foliany	0,32 mg
Witamina B6	1,94 mg
Niacyna	11,12 mg
Witamina B2	2,30 mg
Witamina B1	1,00 mg
Witamina E	8,41 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,43 mg
Skrobia	119,93 mg
Sól	5503,79 mg
Mangan	2,52 mg
Miedź	1,13 mg
Cynk	9,18 mg
Żelazo	8,69 mg
Magnez	299,78 mg
Fosfor	1378,98 mg
Wapń	1343,07 mg
Potas	4045,42 mg
Sód	2201,09 mg
Błonnik pokarmowy	21,45 g
Cukry proste	29,53 g
Węglowodany	225,10 g
Cholesterol	263,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,57 g
Tłuszcze nienasycone	26,52 g
Tłuszcze nasycone	21,65 g
Tłuszcze	51,18 g
Białka	89,13 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	galaretka drobiowa 50g *(soj, oz, ryb), polędwica z majerankiem, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Ryż na mleku, Sałata	Napój mleczny jogurtowy	zupa biały barszcz 400ml, surówka z marchewki tartej, Kompot, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 60g, Marchew - 20g, Żelatyna - 4g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 30g, Woda - 50ml, polędwica z majerankiem - 30g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Napój mleczny jogurtowy - 150g	Marchew - 170g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 30g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, oz - Orzeszki ziemne, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13672 z dnia 05.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2487,19 kCal
Witamina C	182,01 mg
Witamina B12	6,98 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,27 mg
Niacyna	16,99 mg
Witamina B2	3,59 mg
Witamina B1	1,46 mg
Witamina E	12,39 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,13 mg
Skrobia	213,53 mg
Sól	5775,99 mg
Mangan	3,23 mg
Miedź	1,72 mg
Cynk	12,94 mg
Żelazo	11,35 mg
Magnez	462,87 mg
Fosfor	2248,03 mg
Wapń	1914,01 mg
Potas	6327,60 mg
Sód	2308,92 mg
Błonnik pokarmowy	27,29 g
Cukry proste	15,64 g
Węglowodany	354,09 g
Cholesterol	353,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,78 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,30 g
Tłuszcze nienasycone	41,99 g
Tłuszcze nasycone	28,09 g
Tłuszcze	75,28 g
Białka	121,35 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ryż na mleku, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa biały barszcz 400ml, marchewka gotowana, Kompot, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	zupa warzywna	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Ryż biały - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Ziemniaki, średnio - 200g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Marchew - 250g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 30g	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 100g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13674 z dnia 05.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2329,40 kCal
Witamina C	141,02 mg
Witamina B12	2,76 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,08 mg
Niacyna	16,74 mg
Witamina B2	2,06 mg
Witamina B1	1,28 mg
Witamina E	10,82 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,50 mg
Skrobia	257,23 mg
Sól	5297,25 mg
Mangan	4,05 mg
Miedź	1,69 mg
Cynk	9,26 mg
Żelazo	10,40 mg
Magnez	382,16 mg
Fosfor	1505,36 mg
Wapń	1091,68 mg
Potas	5506,12 mg
Sód	2118,07 mg
Błonnik pokarmowy	34,95 g
Cukry proste	33,47 g
Węglowodany	373,22 g
Cholesterol	79,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,61 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,27 g
Tłuszcze nienasycone	31,65 g
Tłuszcze nasycone	24,68 g
Tłuszcze	59,02 g
Białka	93,94 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Śliwki, twaróg z zieleniną	zupa grochowa 400ml, cukinia faszerowana mięsem, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Mielonka (Luncheon meat), Papryka czerwona, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Śliwki - 80g	Groch, nasiona suche - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Marchew - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Cebula - 20g, Kiełbasa śląska - 20g, Cukinia - 150g, Wieprzowina, łopatka - 80g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Bułka tarta *(glu) - 10g, Papryka czerwona, konserwowa - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Ryż biały - 20g, Olej rzepakowy - 10g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mielonka (Luncheon meat) - 50g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13604 z dnia 06.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2343,42 kCal
Witamina C	194,50 mg
Witamina B12	3,54 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,21 mg
Niacyna	22,98 mg
Witamina B2	2,37 mg
Witamina B1	2,25 mg
Witamina E	12,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,65 mg
Skrobia	203,98 mg
Sól	4686,83 mg
Mangan	6,66 mg
Miedź	2,01 mg
Cynk	14,93 mg
Żelazo	15,41 mg
Magnez	468,81 mg
Fosfor	1777,79 mg
Wapń	1137,78 mg
Potas	5998,88 mg
Sód	1869,85 mg
Błonnik pokarmowy	36,64 g
Cukry proste	37,04 g
Węglowodany	341,56 g
Cholesterol	193,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,27 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,99 g
Tłuszcze nienasycone	39,74 g
Tłuszcze nasycone	25,03 g
Tłuszcze	69,26 g
Białka	105,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	Sok jabłkowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Marchew - 100g, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Kasza manna *(glu) - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Schab w sosie własnym, pieczony - 130g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 30g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Sok jabłkowy - 330g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13605 z dnia 06.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2344,72 kCal
Witamina C	193,06 mg
Witamina B12	4,02 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,32 mg
Niacyna	26,24 mg
Witamina B2	2,46 mg
Witamina B1	2,29 mg
Witamina E	15,53 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,54 mg
Skrobia	203,57 mg
Sól	3626,72 mg
Mangan	4,40 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	12,23 mg
Żelazo	14,66 mg
Magnez	427,91 mg
Fosfor	1783,99 mg
Wapń	996,61 mg
Potas	6130,09 mg
Sód	1449,08 mg
Błonnik pokarmowy	30,74 g
Cukry proste	48,35 g
Węglowodany	337,12 g
Cholesterol	318,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,34 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,28 g
Tłuszcze nienasycone	42,00 g
Tłuszcze nasycone	21,95 g
Tłuszcze	68,98 g
Białka	108,93 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szczypiorek, twaróg z zieleniną	kisiel 300ml	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	kanapka z ogórkiem	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, sałatka makaronowa I	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Szczypiorek - 10g	Kisiel w proszku - 30g, Woda - 300ml	Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 65g, Pietruszka, korzeń - 20g, Kasza manna *(glu) - 15g, Pietruszka, liście - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ogórek - 25g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Makaron bezjajeczny z semoliny *(glu) - 25g, Papryka czerwona - 65g, Ogórek - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13606 z dnia 06.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2347,83 kCal
Witamina C	243,14 mg
Witamina B12	4,19 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,64 mg
Niacyna	26,52 mg
Witamina B2	2,51 mg
Witamina B1	2,43 mg
Witamina E	13,46 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,27 mg
Skrobia	220,26 mg
Sól	3806,96 mg
Mangan	7,66 mg
Miedź	1,91 mg
Cynk	14,06 mg
Żelazo	15,07 mg
Magnez	474,01 mg
Fosfor	1950,29 mg
Wapń	1138,01 mg
Potas	5611,50 mg
Sód	1898,62 mg
Błonnik pokarmowy	35,60 g
Cukry proste	16,94 g
Węglowodany	338,45 g
Cholesterol	312,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,36 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,54 g
Tłuszcze nienasycone	34,90 g
Tłuszcze nasycone	24,59 g
Tłuszcze	65,18 g
Białka	119,47 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, marchewka gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Sok pomarańczowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 25g, Ser twarogowy chudy - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Marchew - 220g, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Kasza manna *(glu) - 25g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Schab w sosie własnym, pieczony - 130g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Jabłko - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Sok pomarańczowy - 330g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13607 z dnia 06.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2288,02 kCal
Witamina C	300,46 mg
Witamina B12	3,45 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,44 mg
Niacyna	27,16 mg
Witamina B2	2,30 mg
Witamina B1	2,41 mg
Witamina E	11,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,25 mg
Skrobia	235,39 mg
Sól	4674,32 mg
Mangan	4,37 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	11,11 mg
Żelazo	14,18 mg
Magnez	438,81 mg
Fosfor	1731,99 mg
Wapń	943,31 mg
Potas	6287,79 mg
Sód	1867,88 mg
Błonnik pokarmowy	31,90 g
Cukry proste	39,91 g
Węglowodany	370,64 g
Cholesterol	127,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,57 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,18 g
Tłuszcze nienasycone	26,39 g
Tłuszcze nasycone	17,05 g
Tłuszcze	46,53 g
Białka	111,94 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grysikowa 400ml, Kompot, Marchew, gotowana w wodzie, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew, gotowana w wodzie - 120g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 200g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13608 z dnia 06.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2330,90 kCal
Witamina C	139,30 mg
Witamina B12	4,11 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	3,36 mg
Niacyna	26,60 mg
Witamina B2	2,30 mg
Witamina B1	2,35 mg
Witamina E	10,87 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,93 mg
Skrobia	206,41 mg
Sól	4718,50 mg
Mangan	3,96 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	10,87 mg
Żelazo	12,67 mg
Magnez	388,60 mg
Fosfor	1714,15 mg
Wapń	1313,70 mg
Potas	5363,20 mg
Sód	2434,05 mg
Błonnik pokarmowy	29,58 g
Cukry proste	39,74 g
Węglowodany	322,80 g
Cholesterol	301,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,17 g
Tłuszcze nienasycone	30,83 g
Tłuszcze nasycone	24,82 g
Tłuszcze	61,23 g
Białka	135,69 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Chrupki kukurydziane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Koper ogrodowy - 3g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 250g, Marchew - 65g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 100g	Chrupki kukurydziane - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Jabłko - 80g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13611 z dnia 06.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1725,34 kCal
Witamina C	135,82 mg
Witamina B12	3,10 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,28 mg
Niacyna	19,13 mg
Witamina B2	1,82 mg
Witamina B1	1,80 mg
Witamina E	10,33 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,77 mg
Skrobia	132,68 mg
Sól	3164,69 mg
Mangan	3,12 mg
Miedź	1,23 mg
Cynk	8,20 mg
Żelazo	9,98 mg
Magnez	311,92 mg
Fosfor	1312,48 mg
Wapń	1079,82 mg
Potas	4036,78 mg
Sód	1309,91 mg
Błonnik pokarmowy	22,92 g
Cukry proste	37,38 g
Węglowodany	234,41 g
Cholesterol	115,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,46 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,09 g
Tłuszcze nienasycone	29,46 g
Tłuszcze nasycone	20,67 g
Tłuszcze	53,22 g
Białka	87,43 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem	zupa grysikowa 400ml, schab duszony w sosie własnym, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 30g, Chleb wiejski - 75g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem - 375g	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Jabłko - 150g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 75g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13610 z dnia 06.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2428,27 kCal
Witamina C	170,22 mg
Witamina B12	5,99 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,65 mg
Niacyna	27,49 mg
Witamina B2	2,93 mg
Witamina B1	2,61 mg
Witamina E	11,98 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,68 mg
Skrobia	207,27 mg
Sól	5126,14 mg
Mangan	5,87 mg
Miedź	1,84 mg
Cynk	13,88 mg
Żelazo	15,05 mg
Magnez	475,57 mg
Fosfor	2121,52 mg
Wapń	2188,24 mg
Potas	6154,35 mg
Sód	2426,42 mg
Błonnik pokarmowy	34,05 g
Cukry proste	27,03 g
Węglowodany	331,93 g
Cholesterol	331,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,23 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,00 g
Tłuszcze nienasycone	34,88 g
Tłuszcze nasycone	27,29 g
Tłuszcze	68,19 g
Białka	138,52 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	płatki owsiane na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 50g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Marchew - 65g, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Kasza manna *(glu) - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Fasola szparagowa - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13609 z dnia 06.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2114,57 kCal
Witamina C	154,09 mg
Witamina B12	3,31 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	25,79 mg
Witamina B2	2,05 mg
Witamina B1	2,32 mg
Witamina E	9,85 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,66 mg
Skrobia	186,65 mg
Sól	3875,32 mg
Mangan	4,01 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	10,07 mg
Żelazo	11,94 mg
Magnez	390,01 mg
Fosfor	1549,84 mg
Wapń	1266,46 mg
Potas	5151,19 mg
Sód	1971,68 mg
Błonnik pokarmowy	27,45 g
Cukry proste	34,37 g
Węglowodany	291,51 g
Cholesterol	128,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,96 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,31 g
Tłuszcze nienasycone	30,18 g
Tłuszcze nasycone	23,77 g
Tłuszcze	58,44 g
Białka	117,83 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Makaron na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	surówka z warzyw mieszanych, kisiel 300ml, Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kabanosy, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Sok pomarańczowy
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Kapusta biała - 90g, Marchew - 80g, Cebula - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 60g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 7g, Olej rzepakowy - 5g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 120g, Ziemniaki, średnio - 450g, Pietruszka, korzeń - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Kalafior, mrożony - 35g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Kabanosy - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Sok pomarańczowy - 330g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13616 z dnia 07.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2232,34 kCal
Witamina C	316,30 mg
Witamina B12	3,51 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,29 mg
Niacyna	21,84 mg
Witamina B2	2,27 mg
Witamina B1	2,13 mg
Witamina E	11,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,75 mg
Skrobia	179,64 mg
Sól	9036,15 mg
Mangan	4,45 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	12,54 mg
Żelazo	12,79 mg
Magnez	417,18 mg
Fosfor	1571,30 mg
Wapń	1143,45 mg
Potas	5866,35 mg
Sód	3612,80 mg
Błonnik pokarmowy	30,16 g
Cukry proste	30,24 g
Węglowodany	318,91 g
Cholesterol	167,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,99 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,26 g
Tłuszcze nienasycone	31,90 g
Tłuszcze nasycone	23,87 g
Tłuszcze	61,92 g
Białka	114,16 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	Makaron na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Pietruszka, korzeń - 30g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 100g, Bułka czerstwa *(glu) - 15g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 35g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13617 z dnia 07.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2055,75 kCal
Witamina C	154,42 mg
Witamina B12	3,17 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	3,00 mg
Niacyna	18,23 mg
Witamina B2	2,08 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	9,62 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,84 mg
Skrobia	196,22 mg
Sól	5555,01 mg
Mangan	3,05 mg
Miedź	1,41 mg
Cynk	9,03 mg
Żelazo	10,12 mg
Magnez	358,11 mg
Fosfor	1448,22 mg
Wapń	992,23 mg
Potas	5185,07 mg
Sód	2148,29 mg
Błonnik pokarmowy	29,25 g
Cukry proste	14,22 g
Węglowodany	306,28 g
Cholesterol	213,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,71 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,56 g
Tłuszcze nienasycone	30,44 g
Tłuszcze nasycone	21,51 g
Tłuszcze	56,71 g
Białka	90,88 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	Makaron na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	SKYR naturalny *(mle)	Pulpet drobiowy w sosie, surówka z warzyw mieszanych, kisiel 300ml, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	kanapka z wędliną
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	SKYR naturalny *(mle) - 140g	Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 100g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 9g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Kapusta biała - 90g, Cebula - 10g, Por - 5g, Olej rzepakowy - 5g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 35g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 20g, Chleb żytni razowy *(glu) - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13618 z dnia 07.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2258,22 kCal
Witamina C	204,69 mg
Witamina B12	2,56 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,22 mg
Niacyna	19,33 mg
Witamina B2	1,99 mg
Witamina B1	1,55 mg
Witamina E	14,01 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,96 mg
Skrobia	212,04 mg
Sól	6805,96 mg
Mangan	7,54 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	12,72 mg
Żelazo	13,43 mg
Magnez	439,59 mg
Fosfor	1626,19 mg
Wapń	1024,81 mg
Potas	5690,00 mg
Sód	2756,27 mg
Błonnik pokarmowy	40,94 g
Cukry proste	29,91 g
Węglowodany	349,21 g
Cholesterol	175,73 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,35 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,83 g
Tłuszcze nienasycone	33,00 g
Tłuszcze nasycone	19,01 g
Tłuszcze	57,18 g
Białka	106,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	Makaron na mleku 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem morelowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Dżem morelowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 100g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Kisiel w proszku - 30g, Woda - 550ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13619 z dnia 07.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2158,47 kCal
Witamina C	136,68 mg
Witamina B12	3,01 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,83 mg
Niacyna	18,01 mg
Witamina B2	1,99 mg
Witamina B1	1,30 mg
Witamina E	8,90 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	224,63 mg
Sól	5909,82 mg
Mangan	2,89 mg
Miedź	1,40 mg
Cynk	8,75 mg
Żelazo	9,98 mg
Magnez	347,41 mg
Fosfor	1419,94 mg
Wapń	971,46 mg
Potas	5040,29 mg
Sód	2313,38 mg
Błonnik pokarmowy	26,37 g
Cukry proste	17,77 g
Węglowodany	347,35 g
Cholesterol	161,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,96 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,76 g
Tłuszcze nienasycone	26,79 g
Tłuszcze nasycone	17,58 g
Tłuszcze	48,64 g
Białka	92,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	Makaron na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Kalafior, mrożony - 35g	Kasza manna *(glu) - 30g, Syrop truskawkowy - 20g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 220ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13620 z dnia 07.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2773,31 kCal
Witamina C	154,09 mg
Witamina B12	6,28 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,84 mg
Niacyna	23,46 mg
Witamina B2	3,65 mg
Witamina B1	1,78 mg
Witamina E	10,44 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,41 mg
Skrobia	236,79 mg
Sól	7334,87 mg
Mangan	3,37 mg
Miedź	1,72 mg
Cynk	14,65 mg
Żelazo	12,96 mg
Magnez	495,09 mg
Fosfor	2380,84 mg
Wapń	2570,61 mg
Potas	6836,29 mg
Sód	2834,58 mg
Błonnik pokarmowy	31,82 g
Cukry proste	15,33 g
Węglowodany	395,96 g
Cholesterol	403,08 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,49 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,70 g
Tłuszcze nienasycone	39,47 g
Tłuszcze nasycone	27,15 g
Tłuszcze	73,63 g
Białka	144,02 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	Makaron na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Bułka czerstwa *(glu) - 5g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 90g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 25g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 25g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Kisiel w proszku - 20g, Woda - 550ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 250g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g	Kasza manna *(glu) - 25g, Syrop truskawkowy - 15g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 100ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13623 z dnia 07.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1770,35 kCal
Witamina C	103,36 mg
Witamina B12	3,39 µg
Foliany	0,31 mg
Witamina B6	2,02 mg
Niacyna	12,58 mg
Witamina B2	1,97 mg
Witamina B1	0,97 mg
Witamina E	8,37 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,79 mg
Skrobia	141,41 mg
Sól	4883,46 mg
Mangan	1,94 mg
Miedź	1,06 mg
Cynk	7,20 mg
Żelazo	7,60 mg
Magnez	279,21 mg
Fosfor	1260,12 mg
Wapń	1074,18 mg
Potas	3932,72 mg
Sód	1927,79 mg
Błonnik pokarmowy	20,10 g
Cukry proste	12,84 g
Węglowodany	249,26 g
Cholesterol	178,98 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,95 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,09 g
Tłuszcze nienasycone	26,99 g
Tłuszcze nasycone	20,74 g
Tłuszcze	52,16 g
Białka	82,62 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	Makaron na mleku 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Burak, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	SKYR naturalny *(mle)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Woda - 100ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Burak - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	SKYR naturalny *(mle) - 140g	Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 6g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, "Przyprawa ""Jarzynka""" *(sel) - 1g, Kisiel w proszku - 30g, Woda - 500ml, mieszanka warzywna - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ziemniaki, średnio - 640g, Kalafior, mrożony - 35g	Kasza manna *(glu) - 30g, Syrop truskawkowy - 30g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 40g, Chleb wiejski - 50g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13622 z dnia 07.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2594,24 kCal
Witamina C	168,16 mg
Witamina B12	4,91 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,63 mg
Niacyna	21,00 mg
Witamina B2	3,03 mg
Witamina B1	1,63 mg
Witamina E	9,34 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,34 mg
Skrobia	227,14 mg
Sól	6725,88 mg
Mangan	3,38 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	12,19 mg
Żelazo	11,81 mg
Magnez	465,84 mg
Fosfor	1990,05 mg
Wapń	2526,93 mg
Potas	6727,65 mg
Sód	2723,39 mg
Błonnik pokarmowy	32,26 g
Cukry proste	20,79 g
Węglowodany	396,70 g
Cholesterol	201,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,10 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,01 g
Tłuszcze nienasycone	31,29 g
Tłuszcze nasycone	22,19 g
Tłuszcze	58,45 g
Białka	130,94 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	Makaron na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki, gotowane w wodzie, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, szynka wyborna - 50g	Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, mieszanka warzywna - 120g, Kalafior, mrożony - 35g, Ziemniaki, średnio - 200g, Pietruszka, liście - 6g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 200g	Syrop truskawkowy - 30g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kasza manna *(glu) - 50g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13621 z dnia 07.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2235,34 kCal
Witamina C	119,86 mg
Witamina B12	3,93 µg
Foliany	0,33 mg
Witamina B6	2,42 mg
Niacyna	15,04 mg
Witamina B2	2,30 mg
Witamina B1	1,23 mg
Witamina E	7,97 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,25 mg
Skrobia	210,63 mg
Sól	5709,59 mg
Mangan	3,12 mg
Miedź	1,31 mg
Cynk	9,19 mg
Żelazo	9,56 mg
Magnez	353,55 mg
Fosfor	1553,66 mg
Wapń	1223,46 mg
Potas	4538,07 mg
Sód	2186,23 mg
Błonnik pokarmowy	26,50 g
Cukry proste	10,09 g
Węglowodany	344,16 g
Cholesterol	221,48 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,72 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,22 g
Tłuszcze nienasycone	29,22 g
Tłuszcze nasycone	22,44 g
Tłuszcze	56,57 g
Białka	96,99 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szynka bankietowa *(soj)	schab duszony w sosie własnym, kapuśniak z kiszonej kapusty, Kasza gryczana, gotowana, Kompot, Mizeria ze śmietaną12% tłuszczu	Krakowska parzona, marmolada wieloowocowa, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Szynka bankietowa - 1g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 550 - 15g, Woda - 350ml, Kapusta kwaszona - 80g, Marchew - 40g, Pietruszka, korzeń - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 18g, Ziemniaki, średnio - 200g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kasza gryczana, gotowana - 150g, Mizeria ze śmietaną12% tłuszczu - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Krakowska parzona - 40g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13629 z dnia 08.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2125,83 kCal
Witamina C	89,86 mg
Witamina B12	3,97 µg
Foliany	0,30 mg
Witamina B6	2,60 mg
Niacyna	21,17 mg
Witamina B2	2,28 mg
Witamina B1	2,01 mg
Witamina E	8,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,22 mg
Skrobia	160,74 mg
Sól	5846,59 mg
Mangan	5,08 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	11,76 mg
Żelazo	12,14 mg
Magnez	432,80 mg
Fosfor	1820,28 mg
Wapń	984,57 mg
Potas	4046,03 mg
Sód	2337,36 mg
Błonnik pokarmowy	26,88 g
Cukry proste	30,49 g
Węglowodany	286,69 g
Cholesterol	157,78 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,48 g
Tłuszcze nienasycone	33,13 g
Tłuszcze nasycone	26,28 g
Tłuszcze	65,01 g
Białka	114,44 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, polędwica miodowa Ł - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 8g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ryż biały - 30g, Bułka tarta *(glu) - 10g, Wieprzowina, łopatka - 110g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13630 z dnia 08.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2063,42 kCal
Witamina C	209,75 mg
Witamina B12	3,55 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,06 mg
Niacyna	22,58 mg
Witamina B2	2,20 mg
Witamina B1	1,91 mg
Witamina E	11,81 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,17 mg
Skrobia	203,97 mg
Sól	5358,54 mg
Mangan	4,02 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	11,52 mg
Żelazo	12,90 mg
Magnez	396,82 mg
Fosfor	1558,32 mg
Wapń	1092,09 mg
Potas	5610,50 mg
Sód	1781,57 mg
Błonnik pokarmowy	29,27 g
Cukry proste	14,61 g
Węglowodany	301,51 g
Cholesterol	150,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,16 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,61 g
Tłuszcze nienasycone	32,23 g
Tłuszcze nasycone	23,29 g
Tłuszcze	59,74 g
Białka	93,48 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Jabłko	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	kanapka z rzodkiewką	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pasta z czerwonej fasoli, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Jabłko - 120g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, mieszanka warzywna - 25g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Marchew - 70g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatka - 110g, Ryż biały - 30g, Bułka tarta *(glu) - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Rzodkiewka - 30g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Fasola czerwona konserwowa - 40g, Czosnek - 20g, Koper ogrodowy - 20g, Pomidor - 40g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, szynka gotowana wieprzowa - 40g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13631 z dnia 08.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2338,45 kCal
Witamina C	222,37 mg
Witamina B12	4,65 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,29 mg
Niacyna	22,46 mg
Witamina B2	2,50 mg
Witamina B1	2,10 mg
Witamina E	13,03 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,10 mg
Skrobia	211,39 mg
Sól	6025,49 mg
Mangan	7,50 mg
Miedź	1,94 mg
Cynk	15,34 mg
Żelazo	16,18 mg
Magnez	483,63 mg
Fosfor	1901,60 mg
Wapń	1264,65 mg
Potas	6272,61 mg
Sód	2142,59 mg
Błonnik pokarmowy	40,81 g
Cukry proste	24,24 g
Węglowodany	352,65 g
Cholesterol	164,08 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,51 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,32 g
Tłuszcze nienasycone	35,28 g
Tłuszcze nasycone	25,60 g
Tłuszcze	65,84 g
Białka	103,46 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa regionalna *(soj), Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	marmolada wieloowocowa, szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Mus owocowy Marakuja Cytryna Tymbark
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica miodowa regionalna - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	mieszanka warzywna - 60g, Marchew - 90g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatka - 110g, Ryż biały - 30g, Bułka tarta *(glu) - 5g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, marmolada wieloowocowa - 40g, szynka gotowana wieprzowa - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Banan - 30g, Jabłko - 164g, Cytryna - 6g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13632 z dnia 08.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2211,15 kCal
Witamina C	198,11 mg
Witamina B12	2,77 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	3,03 mg
Niacyna	21,94 mg
Witamina B2	1,93 mg
Witamina B1	1,86 mg
Witamina E	9,81 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,09 mg
Skrobia	230,71 mg
Sól	5739,08 mg
Mangan	4,15 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	11,10 mg
Żelazo	13,02 mg
Magnez	382,51 mg
Fosfor	1406,13 mg
Wapń	839,71 mg
Potas	5449,91 mg
Sód	2293,88 mg
Błonnik pokarmowy	34,71 g
Cukry proste	50,64 g
Węglowodany	371,47 g
Cholesterol	132,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,37 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,89 g
Tłuszcze nienasycone	25,48 g
Tłuszcze nasycone	18,31 g
Tłuszcze	47,81 g
Białka	91,38 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica miodowa Ł - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kajzerki - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	mieszanka warzywna - 35g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 450ml, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatka - 180g, Ryż biały - 50g, Bułka tarta *(glu) - 5g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13633 z dnia 08.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2478,85 kCal
Witamina C	202,72 mg
Witamina B12	5,03 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,51 mg
Niacyna	27,23 mg
Witamina B2	3,02 mg
Witamina B1	2,37 mg
Witamina E	11,41 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,13 mg
Skrobia	223,46 mg
Sól	5976,05 mg
Mangan	4,18 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	15,08 mg
Żelazo	14,04 mg
Magnez	426,65 mg
Fosfor	2021,85 mg
Wapń	1223,35 mg
Potas	6105,95 mg
Sód	2028,40 mg
Błonnik pokarmowy	31,21 g
Cukry proste	14,96 g
Węglowodany	343,86 g
Cholesterol	209,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,00 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,55 g
Tłuszcze nienasycone	36,02 g
Tłuszcze nasycone	28,02 g
Tłuszcze	68,74 g
Białka	135,54 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa regionalna *(soj), Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Napój mleczny jogurtowy	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	marmolada wieloowocowa, szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 15g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 350ml, polędwica miodowa regionalna - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kajzerki - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Napój mleczny jogurtowy - 250g	mieszanka warzywna - 60g, Marchew - 90g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Ziemniaki, średnio - 600g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Brokuły, mrożone - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatka - 130g, Ryż biały - 20g, Bułka tarta *(glu) - 5g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 230ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, marmolada wieloowocowa - 40g, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13634 z dnia 08.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2745,75 kCal
Witamina C	250,26 mg
Witamina B12	6,10 µg
Foliany	0,60 mg
Witamina B6	3,81 mg
Niacyna	25,84 mg
Witamina B2	3,60 mg
Witamina B1	2,30 mg
Witamina E	13,31 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,53 mg
Skrobia	211,57 mg
Sól	6370,75 mg
Mangan	4,18 mg
Miedź	1,76 mg
Cynk	14,82 mg
Żelazo	14,12 mg
Magnez	486,60 mg
Fosfor	2297,95 mg
Wapń	1729,70 mg
Potas	7041,90 mg
Sód	2545,70 mg
Błonnik pokarmowy	33,47 g
Cukry proste	40,12 g
Węglowodany	395,91 g
Cholesterol	207,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,78 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,96 g
Tłuszcze nienasycone	37,96 g
Tłuszcze nasycone	31,29 g
Tłuszcze	74,45 g
Białka	139,92 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa regionalna *(soj), Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, zraz mięsno-ryżowy, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Chrupki kukurydziane	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, polędwica miodowa regionalna - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 8g, Ziemniaki, średnio - 250g, Woda - 500ml, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 30g, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, łopatka - 70g, Koper ogrodowy - 5g, Ryż biały - 25g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Chrupki kukurydziane - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13636 z dnia 08.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1617,12 kCal
Witamina C	167,20 mg
Witamina B12	3,24 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,01 mg
Niacyna	15,14 mg
Witamina B2	1,88 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	10,58 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,30 mg
Skrobia	136,82 mg
Sól	4736,39 mg
Mangan	2,99 mg
Miedź	1,14 mg
Cynk	8,78 mg
Żelazo	10,22 mg
Magnez	311,47 mg
Fosfor	1286,57 mg
Wapń	1035,19 mg
Potas	4082,40 mg
Sód	1893,37 mg
Błonnik pokarmowy	21,84 g
Cukry proste	11,90 g
Węglowodany	219,46 g
Cholesterol	119,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,22 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,79 g
Tłuszcze nienasycone	29,17 g
Tłuszcze nasycone	19,65 g
Tłuszcze	52,67 g
Białka	76,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	zupa warzywna	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	mieszanka warzywna - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Brokuły, mrożone - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Bułka tarta *(glu) - 15g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Wieprzowina, łopatka - 110g, Ryż biały - 30g	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 100g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13635 z dnia 08.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2275,35 kCal
Witamina C	232,22 mg
Witamina B12	3,52 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,53 mg
Niacyna	24,17 mg
Witamina B2	2,29 mg
Witamina B1	2,01 mg
Witamina E	12,20 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,72 mg
Skrobia	227,55 mg
Sól	5941,95 mg
Mangan	4,51 mg
Miedź	1,66 mg
Cynk	12,23 mg
Żelazo	13,11 mg
Magnez	437,10 mg
Fosfor	1689,80 mg
Wapń	1112,65 mg
Potas	6199,30 mg
Sód	1870,85 mg
Błonnik pokarmowy	34,62 g
Cukry proste	15,41 g
Węglowodany	347,48 g
Cholesterol	144,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,35 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,20 g
Tłuszcze nienasycone	34,68 g
Tłuszcze nasycone	22,03 g
Tłuszcze	61,20 g
Białka	99,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser, edamski tłusty	zupa zacierkowa, buraczki duszone, gołąbek w sosie, Kompot, Ziemniaki gotowane	szynka biała *(gor, glu), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 200g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, edamski tłusty - 50g	Koper ogrodowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 590g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 7g, Burak - 120g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Kapusta biała - 200g, Ryż biały - 30g, Mintaj, świeży - 90g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	szynka biała - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 5g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13640 z dnia 09.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2187,48 kCal
Witamina C	262,54 mg
Witamina B12	5,49 µg
Foliany	0,59 mg
Witamina B6	3,01 mg
Niacyna	19,64 mg
Witamina B2	1,77 mg
Witamina B1	1,39 mg
Witamina E	14,72 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,76 mg
Skrobia	227,17 mg
Sól	5201,52 mg
Mangan	5,71 mg
Miedź	1,89 mg
Cynk	11,78 mg
Żelazo	14,40 mg
Magnez	448,63 mg
Fosfor	1732,23 mg
Wapń	1309,48 mg
Potas	6170,59 mg
Sód	2078,35 mg
Błonnik pokarmowy	34,69 g
Cukry proste	36,74 g
Węglowodany	339,77 g
Cholesterol	330,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,56 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,88 g
Tłuszcze nienasycone	29,74 g
Tłuszcze nasycone	22,94 g
Tłuszcze	56,28 g
Białka	97,49 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Banan, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	Napój mleczny jogurtowy
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Banan - 200g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 30g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13641 z dnia 09.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2397,79 kCal
Witamina C	194,26 mg
Witamina B12	4,32 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,74 mg
Niacyna	18,38 mg
Witamina B2	2,83 mg
Witamina B1	1,44 mg
Witamina E	12,05 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,09 mg
Skrobia	203,89 mg
Sól	3830,67 mg
Mangan	4,29 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	10,73 mg
Żelazo	12,95 mg
Magnez	458,66 mg
Fosfor	1833,15 mg
Wapń	1277,94 mg
Potas	6634,07 mg
Sód	1582,17 mg
Błonnik pokarmowy	35,17 g
Cukry proste	35,44 g
Węglowodany	386,88 g
Cholesterol	322,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,32 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,85 g
Tłuszcze nienasycone	29,16 g
Tłuszcze nasycone	21,39 g
Tłuszcze	54,75 g
Białka	102,35 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Jabłko	zupa zacierkowa, gołąbek w sosie, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 25g, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Jabłko - 120g	Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 7g, Koper ogrodowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Mintaj, świeży - 90g, Ryż biały - 30g, Kapusta biała - 200g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13642 z dnia 09.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2381,59 kCal
Witamina C	252,09 mg
Witamina B12	7,70 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,10 mg
Niacyna	17,22 mg
Witamina B2	3,10 mg
Witamina B1	1,62 mg
Witamina E	15,51 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,93 mg
Skrobia	227,18 mg
Sól	4805,72 mg
Mangan	7,06 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	15,50 mg
Żelazo	14,95 mg
Magnez	496,58 mg
Fosfor	2255,16 mg
Wapń	1418,12 mg
Potas	6358,83 mg
Sód	1920,03 mg
Błonnik pokarmowy	42,17 g
Cukry proste	31,81 g
Węglowodany	366,57 g
Cholesterol	542,52 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,93 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,86 g
Tłuszcze nienasycone	31,94 g
Tłuszcze nasycone	22,36 g
Tłuszcze	59,05 g
Białka	112,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	Napój mleczny śmietankowy
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Pietruszka, korzeń - 60g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Napój mleczny śmietankowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13643 z dnia 09.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2237,89 kCal
Witamina C	197,26 mg
Witamina B12	3,25 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,06 mg
Niacyna	18,35 mg
Witamina B2	2,39 mg
Witamina B1	1,41 mg
Witamina E	11,49 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,98 mg
Skrobia	228,94 mg
Sól	4498,37 mg
Mangan	3,47 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	10,05 mg
Żelazo	12,06 mg
Magnez	392,51 mg
Fosfor	1653,80 mg
Wapń	1150,89 mg
Potas	6012,17 mg
Sód	1849,57 mg
Błonnik pokarmowy	33,02 g
Cukry proste	22,08 g
Węglowodany	371,72 g
Cholesterol	114,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,07 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,44 g
Tłuszcze nienasycone	24,00 g
Tłuszcze nasycone	17,28 g
Tłuszcze	44,16 g
Białka	100,56 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy chudy	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	Napój mleczny jogurtowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g, Ser twarogowy chudy - 70g	Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Olej rzepakowy - 5g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 50g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13644 z dnia 09.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2385,29 kCal
Witamina C	212,81 mg
Witamina B12	5,10 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,19 mg
Niacyna	18,20 mg
Witamina B2	3,01 mg
Witamina B1	1,44 mg
Witamina E	14,48 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,94 mg
Skrobia	197,66 mg
Sól	4412,72 mg
Mangan	3,31 mg
Miedź	1,68 mg
Cynk	11,16 mg
Żelazo	13,04 mg
Magnez	414,36 mg
Fosfor	1957,00 mg
Wapń	1467,89 mg
Potas	6300,37 mg
Sód	1814,82 mg
Błonnik pokarmowy	30,98 g
Cukry proste	21,91 g
Węglowodany	351,59 g
Cholesterol	356,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,63 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,44 g
Tłuszcze nienasycone	36,57 g
Tłuszcze nasycone	22,84 g
Tłuszcze	63,95 g
Białka	111,32 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Ryż na mleku, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	galaretka 150g	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	Napój mleczny śmietankowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Marchew - 70g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 350g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, miruna ryba - 60g, mieszanka warzywna - 120g	galaretka owocowa winiary *(oz, orz) - 100g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 50g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 30g	Napój mleczny śmietankowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, orz - Orzechy, oz - Orzeszki ziemne, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13645 z dnia 09.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1767,84 kCal
Witamina C	160,87 mg
Witamina B12	3,73 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,33 mg
Niacyna	13,82 mg
Witamina B2	2,30 mg
Witamina B1	1,07 mg
Witamina E	9,44 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,41 mg
Skrobia	137,48 mg
Sól	3124,08 mg
Mangan	2,52 mg
Miedź	1,27 mg
Cynk	8,76 mg
Żelazo	10,14 mg
Magnez	320,31 mg
Fosfor	1436,15 mg
Wapń	1100,24 mg
Potas	4808,42 mg
Sód	1282,77 mg
Błonnik pokarmowy	24,18 g
Cukry proste	29,11 g
Węglowodany	272,84 g
Cholesterol	290,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,88 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,88 g
Tłuszcze nienasycone	21,75 g
Tłuszcze nasycone	16,75 g
Tłuszcze	41,78 g
Białka	83,18 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy chudy	Jabłko	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	Napój mleczny jogurtowy
	G	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g, Ser twarogowy chudy - 70g	Jabłko - 150g	Olej rzepakowy - 10g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 80g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Ziemniaki, średnio - 590g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, mieszanka warzywna - 120g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13648 z dnia 09.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2485,84 kCal
Witamina C	240,03 mg
Witamina B12	4,86 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,56 mg
Niacyna	19,88 mg
Witamina B2	3,03 mg
Witamina B1	1,58 mg
Witamina E	14,32 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,09 mg
Skrobia	214,08 mg
Sól	4349,62 mg
Mangan	3,63 mg
Miedź	1,85 mg
Cynk	11,57 mg
Żelazo	13,73 mg
Magnez	442,26 mg
Fosfor	2011,85 mg
Wapń	1484,54 mg
Potas	6961,72 mg
Sód	1789,47 mg
Błonnik pokarmowy	37,18 g
Cukry proste	33,53 g
Węglowodany	390,53 g
Cholesterol	302,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,73 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,67 g
Tłuszcze nienasycone	33,89 g
Tłuszcze nasycone	20,29 g
Tłuszcze	58,70 g
Białka	112,25 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, miruna ryba - 90g, mieszanka warzywna - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13647 z dnia 09.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2221,94 kCal
Witamina C	177,27 mg
Witamina B12	3,05 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,76 mg
Niacyna	16,90 mg
Witamina B2	2,13 mg
Witamina B1	1,29 mg
Witamina E	12,06 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,91 mg
Skrobia	208,36 mg
Sól	4961,17 mg
Mangan	3,65 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	8,99 mg
Żelazo	11,00 mg
Magnez	363,76 mg
Fosfor	1534,70 mg
Wapń	1216,44 mg
Potas	5322,37 mg
Sód	2035,22 mg
Błonnik pokarmowy	33,59 g
Cukry proste	38,10 g
Węglowodany	330,67 g
Cholesterol	115,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,76 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,26 g
Tłuszcze nienasycone	30,63 g
Tłuszcze nasycone	23,15 g
Tłuszcze	56,82 g
Białka	107,32 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Galantyna rybna *(ryb, jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kiełbasa podwawelska, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	zupa brokułowa 400ml, Wątróbka duszona, Kompot, surówka z młodej kapusty *(gor, sel), Ziemniaki gotowane	kiełbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata, twaróg z zieleniną	Kiwi
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 25g, miruna ryba - 30g, Jaja gotowane *(jaj) - 20g, Żelatyna - 5g, Pietruszka, liście - 10g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Kiełbasa podwawelska - 40g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 590g, Marchew - 80g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Koper ogrodowy - 4g, Pietruszka, liście - 5g, Wątroba wieprzowa - 120g, Cebula - 45g, Olej rzepakowy - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta biała - 90g, Kukurydza, konserwowa - 20g, ocet - 1g, Cukier - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 50ml, Koper ogrodowy - 4g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 40g, kiełbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 5g	Kiwi - 100g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/14221 z dnia 10.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2207,71 kCal
Witamina C	358,84 mg
Witamina B12	32,78 µg
Foliany	0,62 mg
Witamina B6	3,98 mg
Niacyna	38,08 mg
Witamina B2	5,60 mg
Witamina B1	1,60 mg
Witamina E	14,91 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	17,93 mg
Skrobia	202,82 mg
Sól	4583,59 mg
Mangan	5,06 mg
Miedź	2,48 mg
Cynk	15,73 mg
Żelazo	32,62 mg
Magnez	426,12 mg
Fosfor	1901,61 mg
Wapń	962,51 mg
Potas	6117,15 mg
Sód	1848,74 mg
Błonnik pokarmowy	34,27 g
Cukry proste	24,92 g
Węglowodany	312,32 g
Cholesterol	594,48 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,82 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,07 g
Tłuszcze nienasycone	40,75 g
Tłuszcze nasycone	21,81 g
Tłuszcze	66,52 g
Białka	106,42 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 640g, Marchew - 120g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Koper ogrodowy - 2g, ozory wieprzowe - 90g, Pietruszka, liście - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 25g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13653 z dnia 10.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2132,92 kCal
Witamina C	231,07 mg
Witamina B12	2,53 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,13 mg
Niacyna	17,71 mg
Witamina B2	1,91 mg
Witamina B1	1,42 mg
Witamina E	10,75 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,50 mg
Skrobia	210,70 mg
Sól	5497,71 mg
Mangan	3,54 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	8,01 mg
Żelazo	13,68 mg
Magnez	383,31 mg
Fosfor	1300,28 mg
Wapń	1057,41 mg
Potas	5841,60 mg
Sód	2296,38 mg
Błonnik pokarmowy	30,42 g
Cukry proste	22,36 g
Węglowodany	306,98 g
Cholesterol	171,18 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,11 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,88 g
Tłuszcze nienasycone	23,89 g
Tłuszcze nasycone	23,32 g
Tłuszcze	60,27 g
Białka	104,89 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	szynka z kotła, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	zupa brokułowa 400ml, Kompot, surówka z młodej kapusty *(gor, sel), sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	kanapka z serem żółtym	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj)	Sok pomidorowy, z witaminami C i E
	G	Pietruszka, korzeń - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 50g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Ziemniaki, średnio - 590g, Marchew - 65g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 4g, Brokuły, mrożone - 35g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta biała - 90g, Olej rzepakowy - 10g, Cebula - 15g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Pietruszka, liście - 2g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ser, edamski tłusty - 15g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, mieszanka warzywna - 35g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 60g, Schab Wiśniowy *(soj) - 25g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Sok pomidorowy, z witaminami C i E - 330g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13654 z dnia 10.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2197,78 kCal
Witamina C	412,34 mg
Witamina B12	2,95 µg
Foliany	0,62 mg
Witamina B6	4,71 mg
Niacyna	33,97 mg
Witamina B2	2,11 mg
Witamina B1	2,60 mg
Witamina E	30,10 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,05 mg
Skrobia	211,93 mg
Sól	7985,89 mg
Mangan	7,26 mg
Miedź	2,10 mg
Cynk	13,94 mg
Żelazo	16,03 mg
Magnez	506,02 mg
Fosfor	1863,00 mg
Wapń	956,28 mg
Potas	7473,59 mg
Sód	3190,94 mg
Błonnik pokarmowy	44,69 g
Cukry proste	28,53 g
Węglowodany	326,87 g
Cholesterol	149,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,23 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,62 g
Tłuszcze nienasycone	38,82 g
Tłuszcze nasycone	17,30 g
Tłuszcze	60,27 g
Białka	108,21 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa brokułowa 400ml, schab duszony w sosie własnym, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Brokuły, mrożone - 30g, Ziemniaki, średnio - 640g, Marchew - 70g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Koper ogrodowy - 2g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab Wiśniowy *(soj) - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13656 z dnia 10.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2078,61 kCal
Witamina C	236,74 mg
Witamina B12	3,09 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,74 mg
Niacyna	27,88 mg
Witamina B2	2,04 mg
Witamina B1	2,30 mg
Witamina E	10,99 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,82 mg
Skrobia	224,18 mg
Sól	6040,41 mg
Mangan	3,30 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	9,48 mg
Żelazo	11,85 mg
Magnez	383,68 mg
Fosfor	1506,72 mg
Wapń	959,83 mg
Potas	6053,07 mg
Sód	2414,09 mg
Błonnik pokarmowy	29,10 g
Cukry proste	21,42 g
Węglowodany	314,89 g
Cholesterol	118,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,85 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,42 g
Tłuszcze nienasycone	26,17 g
Tłuszcze nasycone	17,62 g
Tłuszcze	46,94 g
Białka	113,99 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 640g, Marchew - 120g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, ozory wieprzowe - 110g, Pietruszka, liście - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 350g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13655 z dnia 10.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2186,62 kCal
Witamina C	237,19 mg
Witamina B12	3,38 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,39 mg
Niacyna	18,08 mg
Witamina B2	2,46 mg
Witamina B1	1,52 mg
Witamina E	9,91 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,47 mg
Skrobia	195,09 mg
Sól	6261,31 mg
Mangan	3,42 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	9,67 mg
Żelazo	14,68 mg
Magnez	431,66 mg
Fosfor	1563,43 mg
Wapń	1389,31 mg
Potas	6515,25 mg
Sód	2623,73 mg
Błonnik pokarmowy	32,39 g
Cukry proste	22,19 g
Węglowodany	308,08 g
Cholesterol	195,33 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,86 g
Tłuszcze jednonienasycone	11,85 g
Tłuszcze nienasycone	21,62 g
Tłuszcze nasycone	24,10 g
Tłuszcze	61,03 g
Białka	116,16 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Sałata	zupa brokułowa 400ml, schab duszony w sosie własnym, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Herbatniki	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), twaróg z zieleniną	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, szynka z kotła - 45g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Sałata - 10g	Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 400g, Marchew - 70g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Koper ogrodowy - 2g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 100g, Olej rzepakowy - 10g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Herbatniki - 20g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab Wiśniowy *(soj) - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 50g, Koper ogrodowy - 5g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13657 z dnia 10.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1721,81 kCal
Witamina C	185,60 mg
Witamina B12	3,11 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,88 mg
Niacyna	22,03 mg
Witamina B2	1,91 mg
Witamina B1	1,91 mg
Witamina E	9,74 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,54 mg
Skrobia	138,68 mg
Sól	5001,96 mg
Mangan	2,79 mg
Miedź	1,24 mg
Cynk	8,04 mg
Żelazo	9,50 mg
Magnez	314,48 mg
Fosfor	1324,92 mg
Wapń	981,48 mg
Potas	4747,47 mg
Sód	1999,39 mg
Błonnik pokarmowy	24,54 g
Cukry proste	20,08 g
Węglowodany	228,24 g
Cholesterol	124,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,93 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,62 g
Tłuszcze nienasycone	28,36 g
Tłuszcze nasycone	17,77 g
Tłuszcze	49,64 g
Białka	103,20 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, Olej rzepakowy - 5g, szynka z kotła - 45g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Brokuły, mrożone - 30g, Ziemniaki, średnio - 640g, Marchew - 120g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, ozory wieprzowe - 120g, Pietruszka, liście - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab Wiśniowy *(soj) - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13659 z dnia 10.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2436,61 kCal
Witamina C	241,20 mg
Witamina B12	4,27 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,49 mg
Niacyna	18,45 mg
Witamina B2	2,88 mg
Witamina B1	1,62 mg
Witamina E	10,49 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,47 mg
Skrobia	216,25 mg
Sól	6562,86 mg
Mangan	3,42 mg
Miedź	1,66 mg
Cynk	10,76 mg
Żelazo	15,52 mg
Magnez	469,33 mg
Fosfor	1803,57 mg
Wapń	1725,48 mg
Potas	6935,52 mg
Sód	2754,94 mg
Błonnik pokarmowy	32,57 g
Cukry proste	22,81 g
Węglowodany	342,27 g
Cholesterol	217,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,37 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,94 g
Tłuszcze nienasycone	25,13 g
Tłuszcze nasycone	25,92 g
Tłuszcze	67,70 g
Białka	129,40 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa brokułowa 400ml, kalafior gotowany, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, schab wiśniowy *(soj), twaróg z zieleniną	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 350ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 640g, Marchew - 85g, Pietruszka, korzeń - 25g, Koper ogrodowy - 2g, Woda - 500ml, Kalafior, mrożony - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Pietruszka, liście - 2g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 40g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 40g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	skyr owocowy *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13660 z dnia 10.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2136,55 kCal
Witamina C	223,09 mg
Witamina B12	4,56 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,68 mg
Niacyna	27,23 mg
Witamina B2	2,74 mg
Witamina B1	2,46 mg
Witamina E	9,58 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,94 mg
Skrobia	192,87 mg
Sól	6453,38 mg
Mangan	3,29 mg
Miedź	1,47 mg
Cynk	11,01 mg
Żelazo	11,38 mg
Magnez	425,99 mg
Fosfor	1809,42 mg
Wapń	1454,67 mg
Potas	6206,54 mg
Sód	2579,31 mg
Błonnik pokarmowy	26,48 g
Cukry proste	18,12 g
Węglowodany	297,60 g
Cholesterol	140,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,37 g
Tłuszcze nienasycone	28,68 g
Tłuszcze nasycone	20,81 g
Tłuszcze	53,12 g
Białka	130,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa barszcz ukraiński zabielany 400ml, surówka z marchwi i jabłka, kasza kuskus gotowana, Kompot, kotlet pożarski *(glu, jaj, mle)	polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Fasola biała, nasiona suche - 20g, Woda - 500ml, Marchew - 170g, Kapusta biała - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, ocet - 1g, Por - 25g, Jabłko - 30g, jogurt typ grecki *(mle) - 10ml, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 1g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Bułka tarta *(glu) - 20g, Olej rzepakowy - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13691 z dnia 11.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2240,61 kCal
Witamina C	120,36 mg
Witamina B12	3,67 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	2,41 mg
Niacyna	15,23 mg
Witamina B2	2,45 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	12,16 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,50 mg
Skrobia	147,09 mg
Sól	5660,53 mg
Mangan	4,82 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	11,56 mg
Żelazo	13,36 mg
Magnez	371,02 mg
Fosfor	1688,85 mg
Wapń	1015,26 mg
Potas	4666,18 mg
Sód	1807,09 mg
Błonnik pokarmowy	32,25 g
Cukry proste	21,34 g
Węglowodany	384,29 g
Cholesterol	226,18 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,99 g
Tłuszcze nienasycone	38,92 g
Tłuszcze nasycone	23,43 g
Tłuszcze	67,43 g
Białka	117,88 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, ryż gotowany, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Banan
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Marchew - 200g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 9g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 290g, Burak - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 200ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Banan - 240g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13692 z dnia 11.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2279,91 kCal
Witamina C	170,70 mg
Witamina B12	3,58 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,76 mg
Niacyna	20,53 mg
Witamina B2	2,54 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	11,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,04 mg
Skrobia	183,70 mg
Sól	5426,22 mg
Mangan	4,76 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	11,55 mg
Żelazo	13,29 mg
Magnez	446,91 mg
Fosfor	1684,31 mg
Wapń	1079,02 mg
Potas	6097,80 mg
Sód	2168,51 mg
Błonnik pokarmowy	31,84 g
Cukry proste	34,12 g
Węglowodany	336,49 g
Cholesterol	297,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,43 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,83 g
Tłuszcze nienasycone	43,13 g
Tłuszcze nasycone	23,77 g
Tłuszcze	72,43 g
Białka	101,92 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	polędwica z majerankiem, zupa warzywna, Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	kanapka z pomidorem	kurczak w sosie, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jabłko	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 290g, Ryż biały - 15g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Noga (udo) kurczaka - 220g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 640g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Jabłko - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13693 z dnia 11.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2369,03 kCal
Witamina C	348,81 mg
Witamina B12	1,90 µg
Foliany	0,65 mg
Witamina B6	4,90 mg
Niacyna	28,24 mg
Witamina B2	2,04 mg
Witamina B1	1,75 mg
Witamina E	14,31 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,88 mg
Skrobia	231,13 mg
Sól	5781,06 mg
Mangan	7,74 mg
Miedź	2,33 mg
Cynk	13,76 mg
Żelazo	17,49 mg
Magnez	529,58 mg
Fosfor	1780,93 mg
Wapń	765,71 mg
Potas	7833,30 mg
Sód	2393,23 mg
Błonnik pokarmowy	49,03 g
Cukry proste	32,24 g
Węglowodany	359,86 g
Cholesterol	220,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,20 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,61 g
Tłuszcze nienasycone	47,11 g
Tłuszcze nasycone	17,41 g
Tłuszcze	70,10 g
Białka	113,80 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	polędwica z majerankiem, zupa warzywna, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	kurczak w sosie, ryż gotowany, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Pietruszka, korzeń - 20g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, Marchew - 50g, Ziemniaki, średnio - 100g, polędwica z majerankiem - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Ryż biały - 60g, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13694 z dnia 11.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2184,86 kCal
Witamina C	173,13 mg
Witamina B12	1,88 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,25 mg
Niacyna	21,52 mg
Witamina B2	1,71 mg
Witamina B1	1,30 mg
Witamina E	12,54 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,26 mg
Skrobia	212,30 mg
Sól	5500,17 mg
Mangan	4,30 mg
Miedź	1,85 mg
Cynk	11,13 mg
Żelazo	14,09 mg
Magnez	379,36 mg
Fosfor	1412,56 mg
Wapń	789,67 mg
Potas	5565,85 mg
Sód	2282,51 mg
Błonnik pokarmowy	35,28 g
Cukry proste	22,40 g
Węglowodany	329,66 g
Cholesterol	217,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,52 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,07 g
Tłuszcze nienasycone	40,47 g
Tłuszcze nasycone	16,45 g
Tłuszcze	61,77 g
Białka	107,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	kurczak w sosie, ryż gotowany, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot	budyń *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 45g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Ryż biały - 60g, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Budyń w proszku - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13695 z dnia 11.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2357,13 kCal
Witamina C	147,29 mg
Witamina B12	4,10 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	2,96 mg
Niacyna	19,35 mg
Witamina B2	2,46 mg
Witamina B1	1,28 mg
Witamina E	11,09 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,71 mg
Skrobia	196,72 mg
Sól	5590,16 mg
Mangan	3,73 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	12,19 mg
Żelazo	14,40 mg
Magnez	382,23 mg
Fosfor	1710,13 mg
Wapń	1198,06 mg
Potas	5378,15 mg
Sód	2318,58 mg
Błonnik pokarmowy	29,59 g
Cukry proste	20,20 g
Węglowodany	328,47 g
Cholesterol	481,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,27 g
Tłuszcze nienasycone	43,17 g
Tłuszcze nasycone	24,92 g
Tłuszcze	74,28 g
Białka	122,47 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, ryż gotowany, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot	budyń *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, polędwica z majerankiem - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Olej rzepakowy - 5g, Noga (udo) kurczaka - 120g, Marchew - 200g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Budyń w proszku - 15g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 35g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13685 z dnia 11.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1749,13 kCal
Witamina C	103,55 mg
Witamina B12	2,64 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	1,77 mg
Niacyna	12,02 mg
Witamina B2	1,63 mg
Witamina B1	0,79 mg
Witamina E	10,86 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,94 mg
Skrobia	131,55 mg
Sól	4124,36 mg
Mangan	2,62 mg
Miedź	1,17 mg
Cynk	7,62 mg
Żelazo	9,18 mg
Magnez	249,58 mg
Fosfor	1105,18 mg
Wapń	1038,56 mg
Potas	3567,60 mg
Sód	1693,93 mg
Błonnik pokarmowy	21,60 g
Cukry proste	33,56 g
Węglowodany	241,58 g
Cholesterol	202,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,53 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,70 g
Tłuszcze nienasycone	38,72 g
Tłuszcze nasycone	21,07 g
Tłuszcze	63,85 g
Białka	74,34 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	kurczak gotowany bez skóry, ryż gotowany, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot	budyń *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kajzerki, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Woda - 100ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, polędwica z majerankiem - 35g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Marchew - 370g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Burak - 150g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 25g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Budyń w proszku - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 25g, Chleb wiejski - 25g, Jaja gotowane - 50g, Kajzerki - 45g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 120g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13683 z dnia 11.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2449,93 kCal
Witamina C	152,23 mg
Witamina B12	5,27 µg
Foliany	0,64 mg
Witamina B6	3,01 mg
Niacyna	17,65 mg
Witamina B2	2,97 mg
Witamina B1	1,35 mg
Witamina E	11,57 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	7,13 mg
Skrobia	193,45 mg
Sól	5621,56 mg
Mangan	4,00 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	12,64 mg
Żelazo	14,89 mg
Magnez	417,23 mg
Fosfor	1889,98 mg
Wapń	1660,86 mg
Potas	6051,80 mg
Sód	2330,93 mg
Błonnik pokarmowy	33,10 g
Cukry proste	25,27 g
Węglowodany	360,12 g
Cholesterol	480,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,01 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,16 g
Tłuszcze nienasycone	39,26 g
Tłuszcze nasycone	27,24 g
Tłuszcze	71,87 g
Białka	118,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	kurczak w sosie, ryż gotowany, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot	budyń *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 45g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Marchew - 280g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Budyń w proszku - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 45g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13684 z dnia 11.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2292,88 kCal
Witamina C	123,21 mg
Witamina B12	3,60 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	2,89 mg
Niacyna	19,14 mg
Witamina B2	2,27 mg
Witamina B1	1,29 mg
Witamina E	10,85 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,49 mg
Skrobia	206,88 mg
Sól	5808,81 mg
Mangan	4,06 mg
Miedź	1,70 mg
Cynk	11,71 mg
Żelazo	13,41 mg
Magnez	386,43 mg
Fosfor	1645,08 mg
Wapń	1182,91 mg
Potas	5210,65 mg
Sód	2406,28 mg
Błonnik pokarmowy	31,60 g
Cukry proste	19,10 g
Węglowodany	320,70 g
Cholesterol	335,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,64 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,26 g
Tłuszcze nienasycone	43,27 g
Tłuszcze nasycone	24,01 g
Tłuszcze	72,89 g
Białka	118,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Krakowska parzona, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, fasolka po bretońsku, Chleb wiejski *(glu), Kompot	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, pasta z ryby 40g *(gor, ryb, jaj, mle, siar), Sałata	Gruszka
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Krakowska parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 35g, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 290g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Fasola biała, nasiona suche - 100g, Kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 10g, Wieprzowina, łopatka - 70g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Cebula - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, jogurt typ grecki *(mle) - 10ml, Makrela, wędzona *(ryb) - 20g, Cebula - 5g, Jaja gotowane *(jaj) - 25g, szynka biała - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Gruszka - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko, siar - Siarka i dwutlenek siarki

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13696 z dnia 12.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2094,32 kCal
Witamina C	153,84 mg
Witamina B12	4,83 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,78 mg
Niacyna	20,03 mg
Witamina B2	2,06 mg
Witamina B1	2,09 mg
Witamina E	9,41 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,10 mg
Skrobia	197,87 mg
Sól	5893,09 mg
Mangan	6,19 mg
Miedź	1,88 mg
Cynk	13,83 mg
Żelazo	17,94 mg
Magnez	497,12 mg
Fosfor	1728,82 mg
Wapń	942,79 mg
Potas	5129,65 mg
Sód	2355,78 mg
Błonnik pokarmowy	42,74 g
Cukry proste	23,88 g
Węglowodany	315,78 g
Cholesterol	220,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,53 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,84 g
Tłuszcze nienasycone	31,88 g
Tłuszcze nasycone	21,65 g
Tłuszcze	57,39 g
Białka	98,79 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, surówka z marchewki tartej, Kompot	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka z kotła - 40g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 150g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 690g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Szpinak, mrożony - 35g, Skrobia ziemniaczana - 40g, Białko jaja kurzego - 100g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	skyr owocowy *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13697 z dnia 12.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2114,22 kCal
Witamina C	173,47 mg
Witamina B12	2,12 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	17,90 mg
Witamina B2	2,02 mg
Witamina B1	1,30 mg
Witamina E	10,84 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,27 mg
Skrobia	241,24 mg
Sól	6338,49 mg
Mangan	3,39 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	7,95 mg
Żelazo	11,84 mg
Magnez	394,27 mg
Fosfor	1245,67 mg
Wapń	965,14 mg
Potas	5624,35 mg
Sód	2533,67 mg
Błonnik pokarmowy	29,98 g
Cukry proste	20,30 g
Węglowodany	354,24 g
Cholesterol	68,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,34 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,06 g
Tłuszcze nienasycone	32,32 g
Tłuszcze nasycone	15,65 g
Tłuszcze	50,63 g
Białka	89,99 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kanapka z ogórkiem	zupa jarzynowa 400ml, fasolka po bretońsku, Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	Jabłko	polędwica z majerankiem, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, pasta z ryby 40g *(gor, ryb, jaj, mle, siar), Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Ogórek - 15g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 45g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 290g, Woda - 500ml, Fasola biała, nasiona suche - 100g, Kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 10g, Wieprzowina, łopatka - 70g, Cebula - 20g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb żytni razowy - 30g	Jabłko - 120g	Cebula - 5g, Jaja gotowane *(jaj) - 30g, jogurt typ grecki *(mle) - 15ml, Makrela, wędzona *(ryb) - 20g, polędwica z majerankiem - 25g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko, siar - Siarka i dwutlenek siarki

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13698 z dnia 12.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2038,72 kCal
Witamina C	170,68 mg
Witamina B12	4,64 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	2,95 mg
Niacyna	20,21 mg
Witamina B2	2,01 mg
Witamina B1	2,12 mg
Witamina E	12,63 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,54 mg
Skrobia	189,45 mg
Sól	7173,73 mg
Mangan	8,61 mg
Miedź	1,98 mg
Cynk	15,68 mg
Żelazo	19,47 mg
Magnez	532,15 mg
Fosfor	1837,19 mg
Wapń	907,83 mg
Potas	5424,74 mg
Sód	2867,64 mg
Błonnik pokarmowy	49,17 g
Cukry proste	22,24 g
Węglowodany	309,67 g
Cholesterol	217,63 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,79 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,50 g
Tłuszcze nienasycone	35,96 g
Tłuszcze nasycone	18,13 g
Tłuszcze	58,39 g
Białka	100,02 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, Kompot, warzywa gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka z kotła - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	mieszanka warzywna - 145g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Ziemniaki, średnio - 690g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Skrobia ziemniaczana - 35g, Szpinak, mrożony - 40g, Białko jaja kurzego - 100g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13699 z dnia 12.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2068,17 kCal
Witamina C	173,13 mg
Witamina B12	2,85 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,02 mg
Niacyna	16,95 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	8,44 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,33 mg
Skrobia	238,75 mg
Sól	6205,19 mg
Mangan	2,78 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	7,89 mg
Żelazo	11,22 mg
Magnez	391,72 mg
Fosfor	1363,52 mg
Wapń	1034,74 mg
Potas	5556,00 mg
Sód	2479,87 mg
Błonnik pokarmowy	28,06 g
Cukry proste	15,16 g
Węglowodany	349,53 g
Cholesterol	77,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,77 g
Tłuszcze jednonienasycone	11,88 g
Tłuszcze nienasycone	28,81 g
Tłuszcze nasycone	17,11 g
Tłuszcze	48,52 g
Białka	83,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, Kompot, warzywa gotowane	serek wiejski lekki *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	mieszanka warzywna - 145g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 690g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Skrobia ziemniaczana - 40g, Szpinak, mrożony - 35g, Olej rzepakowy - 3g, Białko jaja kurzego - 100g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	serek wiejski lekki - 140g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13700 z dnia 12.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2198,57 kCal
Witamina C	171,06 mg
Witamina B12	2,87 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,99 mg
Niacyna	16,73 mg
Witamina B2	2,25 mg
Witamina B1	1,23 mg
Witamina E	9,13 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,31 mg
Skrobia	234,43 mg
Sól	6519,64 mg
Mangan	2,70 mg
Miedź	1,48 mg
Cynk	7,70 mg
Żelazo	10,94 mg
Magnez	384,17 mg
Fosfor	1344,87 mg
Wapń	1158,04 mg
Potas	5522,40 mg
Sód	2958,47 mg
Błonnik pokarmowy	27,33 g
Cukry proste	18,50 g
Węglowodany	347,44 g
Cholesterol	80,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,37 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,00 g
Tłuszcze nienasycone	31,72 g
Tłuszcze nasycone	20,71 g
Tłuszcze	56,59 g
Białka	99,26 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, Kompot, warzywa gotowane	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Banan
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Ziemniaki, średnio - 400g, Woda - 500ml, mieszanka warzywna - 145g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Szpinak, mrożony - 25g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Skrobia ziemniaczana - 10g, Białko jaja kurzego - 100g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu - 100g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Banan - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13702 z dnia 12.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1718,92 kCal
Witamina C	139,80 mg
Witamina B12	2,45 µg
Foliany	0,34 mg
Witamina B6	2,62 mg
Niacyna	13,28 mg
Witamina B2	2,09 mg
Witamina B1	0,99 mg
Witamina E	9,40 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,38 mg
Skrobia	143,25 mg
Sól	5440,14 mg
Mangan	2,94 mg
Miedź	1,28 mg
Cynk	6,49 mg
Żelazo	9,06 mg
Magnez	346,32 mg
Fosfor	1083,87 mg
Wapń	881,09 mg
Potas	4695,90 mg
Sód	2174,57 mg
Błonnik pokarmowy	25,87 g
Cukry proste	31,12 g
Węglowodany	264,07 g
Cholesterol	71,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,88 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,74 g
Tłuszcze nienasycone	29,11 g
Tłuszcze nasycone	18,52 g
Tłuszcze	50,40 g
Białka	70,39 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	Napój mleczny jogurtowy	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, Kompot, warzywa gotowane	serek wiejski lekki *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	Napój mleczny jogurtowy - 200g	mieszanka warzywna - 145g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 690g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Skrobia ziemniaczana - 40g, Szpinak, mrożony - 35g, Olej rzepakowy - 3g, Białko jaja kurzego - 100g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	serek wiejski lekki - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13707 z dnia 12.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2419,47 kCal
Witamina C	173,68 mg
Witamina B12	3,75 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	17,28 mg
Witamina B2	2,67 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	9,27 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,34 mg
Skrobia	242,93 mg
Sól	7020,34 mg
Mangan	2,80 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	8,79 mg
Żelazo	11,48 mg
Magnez	424,37 mg
Fosfor	1602,87 mg
Wapń	1489,89 mg
Potas	5957,00 mg
Sód	3183,52 mg
Błonnik pokarmowy	28,48 g
Cukry proste	18,82 g
Węglowodany	382,39 g
Cholesterol	94,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,69 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,23 g
Tłuszcze nienasycone	33,27 g
Tłuszcze nasycone	23,26 g
Tłuszcze	61,05 g
Białka	109,82 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, Kompot, warzywa gotowane	serek wiejski lekki *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 20g, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Woda - 500ml, mieszanka warzywna - 205g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 690g, Białko jaja kurzego - 100g, Szpinak, mrożony - 35g, Olej rzepakowy - 10g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Skrobia ziemniaczana - 40g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	serek wiejski lekki - 140g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13701 z dnia 12.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2165,42 kCal
Witamina C	146,58 mg
Witamina B12	3,27 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,95 mg
Niacyna	16,20 mg
Witamina B2	2,43 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	10,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,23 mg
Skrobia	222,21 mg
Sól	4472,09 mg
Mangan	2,85 mg
Miedź	1,42 mg
Cynk	8,03 mg
Żelazo	9,80 mg
Magnez	385,57 mg
Fosfor	1446,02 mg
Wapń	1193,89 mg
Potas	5320,50 mg
Sód	2139,67 mg
Błonnik pokarmowy	29,27 g
Cukry proste	17,56 g
Węglowodany	316,81 g
Cholesterol	88,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,11 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,06 g
Tłuszcze nienasycone	39,73 g
Tłuszcze nasycone	22,57 g
Tłuszcze	66,99 g
Białka	97,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Śliwki, twaróg z zieleniną	zupa szczawiowa 400ml *(glu, sel, mle), papryka faszerowana pieczona, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Piecówka *(glu), Rzodkiewka, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 3g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Śliwki - 80g	Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 20ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Szczaw - 50g, Marchew - 50g, Papryka czerwona - 200g, Ryż biały - 25g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Cebula - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Burak - 120g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Piecówka - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13709 z dnia 13.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2230,10 kCal
Witamina C	456,45 mg
Witamina B12	3,28 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	4,00 mg
Niacyna	24,47 mg
Witamina B2	2,51 mg
Witamina B1	1,83 mg
Witamina E	14,50 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,73 mg
Skrobia	201,67 mg
Sól	4136,57 mg
Mangan	5,36 mg
Miedź	1,87 mg
Cynk	12,66 mg
Żelazo	15,05 mg
Magnez	418,27 mg
Fosfor	1578,37 mg
Wapń	1185,47 mg
Potas	6305,35 mg
Sód	1697,49 mg
Błonnik pokarmowy	36,36 g
Cukry proste	42,88 g
Węglowodany	344,51 g
Cholesterol	136,31 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,77 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,40 g
Tłuszcze nienasycone	26,43 g
Tłuszcze nasycone	24,72 g
Tłuszcze	59,63 g
Białka	95,96 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kiwi
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Koper ogrodowy - 17g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 55g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Marchew - 120g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Cukier - 1g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Kiwi - 110g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13710 z dnia 13.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2258,53 kCal
Witamina C	240,43 mg
Witamina B12	4,35 µg
Foliany	0,63 mg
Witamina B6	3,12 mg
Niacyna	21,93 mg
Witamina B2	2,62 mg
Witamina B1	1,90 mg
Witamina E	11,28 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,86 mg
Skrobia	202,73 mg
Sól	4310,75 mg
Mangan	3,98 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	12,78 mg
Żelazo	15,00 mg
Magnez	387,96 mg
Fosfor	1635,40 mg
Wapń	1039,65 mg
Potas	6046,84 mg
Sód	1578,83 mg
Błonnik pokarmowy	34,68 g
Cukry proste	33,40 g
Węglowodany	348,95 g
Cholesterol	390,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,45 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,21 g
Tłuszcze nienasycone	30,99 g
Tłuszcze nasycone	22,95 g
Tłuszcze	58,39 g
Białka	101,06 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Ogórek, Sałata, twaróg z zieleniną	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, Kompot, surówka z kapusty czerwonej, Ziemniaki, gotowane w wodzie	kanapka z wędliną	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Sok pomidorowy, z witaminami C i E
	G	Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 300ml, Olej rzepakowy - 5g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Koper ogrodowy - 7g, Ziemniaki, średnio - 290g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Marchew - 60g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kapusta czerwona - 90g, Olej rzepakowy - 5g, Cebula - 20g, Jabłko - 50g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 300g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 4g, Szynka kanapkowa - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Sok pomidorowy, z witaminami C i E - 300g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13711 z dnia 13.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2149,70 kCal
Witamina C	362,28 mg
Witamina B12	4,10 µg
Foliany	0,58 mg
Witamina B6	4,19 mg
Niacyna	26,87 mg
Witamina B2	2,91 mg
Witamina B1	2,32 mg
Witamina E	24,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,57 mg
Skrobia	209,89 mg
Sól	6348,82 mg
Mangan	7,07 mg
Miedź	2,30 mg
Cynk	16,74 mg
Żelazo	17,21 mg
Magnez	523,33 mg
Fosfor	1981,60 mg
Wapń	1076,85 mg
Potas	7631,90 mg
Sód	2512,85 mg
Błonnik pokarmowy	42,42 g
Cukry proste	28,63 g
Węglowodany	339,38 g
Cholesterol	342,33 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,56 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,90 g
Tłuszcze nienasycone	31,23 g
Tłuszcze nasycone	16,03 g
Tłuszcze	50,99 g
Białka	104,08 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	zupa warzywna, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 60g, Koper ogrodowy - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Seler korzeniowy *(sel) - 65g, Pietruszka, korzeń - 70g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 17g, Ziemniaki, średnio - 590g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Marchew - 120g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Białko jaja kurzego - 40g, Cukier - 2g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica miodowa regionalna - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13712 z dnia 13.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2147,70 kCal
Witamina C	215,42 mg
Witamina B12	3,47 µg
Foliany	0,67 mg
Witamina B6	3,79 mg
Niacyna	25,28 mg
Witamina B2	2,72 mg
Witamina B1	2,07 mg
Witamina E	10,74 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,48 mg
Skrobia	230,96 mg
Sól	5335,04 mg
Mangan	4,22 mg
Miedź	1,90 mg
Cynk	13,82 mg
Żelazo	15,30 mg
Magnez	447,44 mg
Fosfor	1681,73 mg
Wapń	1061,67 mg
Potas	7058,36 mg
Sód	2083,92 mg
Błonnik pokarmowy	36,52 g
Cukry proste	16,29 g
Węglowodany	352,27 g
Cholesterol	175,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,72 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,87 g
Tłuszcze nienasycone	24,91 g
Tłuszcze nasycone	15,74 g
Tłuszcze	43,55 g
Białka	104,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	Kasza manna na mleku, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Seler korzeniowy *(sel) - 85g, Pietruszka, korzeń - 70g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 17g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Marchew - 120g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Białko jaja kurzego - 40g, Cukier - 2g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica miodowa regionalna - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 140g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13713 z dnia 13.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2178,32 kCal
Witamina C	177,97 mg
Witamina B12	4,59 µg
Foliany	0,58 mg
Witamina B6	3,22 mg
Niacyna	21,81 mg
Witamina B2	3,06 mg
Witamina B1	1,93 mg
Witamina E	9,99 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,72 mg
Skrobia	189,18 mg
Sól	5232,98 mg
Mangan	3,52 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	13,40 mg
Żelazo	13,57 mg
Magnez	419,91 mg
Fosfor	1775,10 mg
Wapń	1504,46 mg
Potas	6373,06 mg
Sód	2444,29 mg
Błonnik pokarmowy	30,35 g
Cukry proste	17,23 g
Węglowodany	310,16 g
Cholesterol	180,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,48 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,55 g
Tłuszcze nienasycone	27,14 g
Tłuszcze nasycone	24,10 g
Tłuszcze	55,98 g
Białka	123,21 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	Chrupki kukurydziane	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 50g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Marchew - 120g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 17g, Ziemniaki, średnio - 250g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Bułka czerstwa *(glu) - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Cukier - 1g, Burak - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Chrupki kukurydziane - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 50g, Jabłko - 80g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13715 z dnia 13.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1720,33 kCal
Witamina C	129,91 mg
Witamina B12	4,34 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,23 mg
Niacyna	15,43 mg
Witamina B2	2,59 mg
Witamina B1	1,49 mg
Witamina E	9,54 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,66 mg
Skrobia	132,73 mg
Sól	4243,75 mg
Mangan	3,07 mg
Miedź	1,29 mg
Cynk	11,21 mg
Żelazo	11,52 mg
Magnez	348,31 mg
Fosfor	1530,10 mg
Wapń	1323,40 mg
Potas	4887,49 mg
Sód	1672,58 mg
Błonnik pokarmowy	26,71 g
Cukry proste	17,05 g
Węglowodany	248,48 g
Cholesterol	194,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,16 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,15 g
Tłuszcze nienasycone	25,52 g
Tłuszcze nasycone	19,46 g
Tłuszcze	48,24 g
Białka	86,17 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	polędwica miodowa regionalna *(soj), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Kasza manna *(glu) - 20g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 3g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 7g, Ziemniaki, średnio - 640g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 160g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Burak - 120g, Cukier - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	kiełbasa szynkowa - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g, Sałata - 2g, Chleb wiejski *(glu) - 25g	polędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13716 z dnia 13.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2430,19 kCal
Witamina C	179,70 mg
Witamina B12	4,20 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,61 mg
Niacyna	29,07 mg
Witamina B2	2,79 mg
Witamina B1	2,43 mg
Witamina E	11,12 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	221,60 mg
Sól	5636,86 mg
Mangan	5,28 mg
Miedź	1,95 mg
Cynk	16,03 mg
Żelazo	16,09 mg
Magnez	478,69 mg
Fosfor	1837,84 mg
Wapń	1201,73 mg
Potas	7050,92 mg
Sód	2509,61 mg
Błonnik pokarmowy	35,31 g
Cukry proste	26,94 g
Węglowodany	360,06 g
Cholesterol	226,28 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,14 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,68 g
Tłuszcze nienasycone	31,05 g
Tłuszcze nasycone	22,44 g
Tłuszcze	58,52 g
Białka	132,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, twaróg z zieleniną	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	zupa warzywna	polędwica miodowa regionalna *(soj), Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar z cukrem, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 350ml, Woda - 50ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Koper ogrodowy - 5g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Ziemniaki, średnio - 590g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 7g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g	polędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 55g, Kawa, napar z cukrem - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	serek wiejski lekki - 140g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13714 z dnia 13.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2307,10 kCal
Witamina C	164,15 mg
Witamina B12	3,61 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,40 mg
Niacyna	23,01 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	1,85 mg
Witamina E	11,35 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,80 mg
Skrobia	222,43 mg
Sól	4427,34 mg
Mangan	3,94 mg
Miedź	1,72 mg
Cynk	12,25 mg
Żelazo	14,29 mg
Magnez	387,34 mg
Fosfor	1540,83 mg
Wapń	894,67 mg
Potas	5981,66 mg
Sód	2073,82 mg
Błonnik pokarmowy	31,05 g
Cukry proste	14,85 g
Węglowodany	333,87 g
Cholesterol	366,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,44 g
Tłuszcze nienasycone	36,95 g
Tłuszcze nasycone	22,60 g
Tłuszcze	65,17 g
Białka	111,09 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Gruszka, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser, gouda tłusty *(mle)	Pulpet drobiowy w sosie, marchew duszona z groszkiem, Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Banan
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Gruszka - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser, gouda tłusty - 50g	Pietruszka, korzeń - 45g, Marchew - 165g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 25g, Groszek zielony - 5g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kalafior, mrożony - 30g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Banan - 240g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13728 z dnia 14.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2295,27 kCal
Witamina C	140,10 mg
Witamina B12	3,33 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	3,26 mg
Niacyna	17,13 mg
Witamina B2	2,23 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	10,21 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,34 mg
Skrobia	190,09 mg
Sól	5621,27 mg
Mangan	6,58 mg
Miedź	1,94 mg
Cynk	12,53 mg
Żelazo	12,72 mg
Magnez	476,11 mg
Fosfor	1769,69 mg
Wapń	1253,11 mg
Potas	5417,89 mg
Sód	2126,68 mg
Błonnik pokarmowy	37,61 g
Cukry proste	43,74 g
Węglowodany	362,10 g
Cholesterol	201,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,54 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,87 g
Tłuszcze nienasycone	38,11 g
Tłuszcze nasycone	24,62 g
Tłuszcze	67,61 g
Białka	93,65 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 55g, Pietruszka, liście - 10g, Olej rzepakowy - 5g, Noga (udo) kurczaka - 150g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13722 z dnia 14.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2257,61 kCal
Witamina C	197,21 mg
Witamina B12	3,53 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	2,85 mg
Niacyna	18,99 mg
Witamina B2	2,54 mg
Witamina B1	1,42 mg
Witamina E	11,91 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,95 mg
Skrobia	180,98 mg
Sól	4780,26 mg
Mangan	4,44 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	11,06 mg
Żelazo	13,09 mg
Magnez	392,13 mg
Fosfor	1774,02 mg
Wapń	1005,13 mg
Potas	4884,72 mg
Sód	1910,49 mg
Błonnik pokarmowy	30,37 g
Cukry proste	14,25 g
Węglowodany	312,07 g
Cholesterol	212,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,95 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,47 g
Tłuszcze nienasycone	40,44 g
Tłuszcze nasycone	24,83 g
Tłuszcze	70,36 g
Białka	108,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	kanapka z rzodkiewką	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, pęczak *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłko	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Rzodkiewka - 30g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 5g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Pietruszka, korzeń - 35g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kalafior, mrożony - 35g, Ziemniaki, średnio - 290g, Marchew - 20g, Koper ogrodowy - 2g, Kasza jęczmienna, pęczak - 150g	Jabłko - 80g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13723 z dnia 14.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2389,11 kCal
Witamina C	202,84 mg
Witamina B12	2,60 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,97 mg
Niacyna	19,40 mg
Witamina B2	2,02 mg
Witamina B1	1,45 mg
Witamina E	13,29 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,17 mg
Skrobia	247,69 mg
Sól	5453,07 mg
Mangan	8,27 mg
Miedź	1,93 mg
Cynk	13,16 mg
Żelazo	15,82 mg
Magnez	472,34 mg
Fosfor	1831,77 mg
Wapń	1021,47 mg
Potas	4847,40 mg
Sód	2263,20 mg
Błonnik pokarmowy	40,52 g
Cukry proste	22,93 g
Węglowodany	358,52 g
Cholesterol	191,25 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,80 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,88 g
Tłuszcze nienasycone	39,14 g
Tłuszcze nasycone	20,65 g
Tłuszcze	64,89 g
Białka	112,51 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Miód pszczeli *(Mió), Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Pietruszka, liście - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Noga (udo) kurczaka - 150g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 150g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Kalafior, mrożony - 35g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 150ml, Woda - 50ml, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13724 z dnia 14.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2125,31 kCal
Witamina C	176,44 mg
Witamina B12	2,40 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,70 mg
Niacyna	18,57 mg
Witamina B2	1,93 mg
Witamina B1	1,39 mg
Witamina E	8,35 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,13 mg
Skrobia	215,87 mg
Sól	5461,81 mg
Mangan	4,36 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	10,05 mg
Żelazo	13,55 mg
Magnez	384,78 mg
Fosfor	1484,17 mg
Wapń	998,23 mg
Potas	4789,17 mg
Sód	2267,04 mg
Błonnik pokarmowy	31,50 g
Cukry proste	20,54 g
Węglowodany	327,46 g
Cholesterol	184,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,72 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,88 g
Tłuszcze nienasycone	28,05 g
Tłuszcze nasycone	17,97 g
Tłuszcze	50,01 g
Białka	106,68 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Miód pszczeli *(Mió), Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Pietruszka, liście - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Noga (udo) kurczaka - 150g, Marchew - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Kalafior, mrożony - 35g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kasza manna *(glu) - 50g, Syrop truskawkowy - 10g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13725 z dnia 14.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2369,06 kCal
Witamina C	178,52 mg
Witamina B12	3,40 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,81 mg
Niacyna	18,75 mg
Witamina B2	2,33 mg
Witamina B1	1,48 mg
Witamina E	9,21 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,74 mg
Skrobia	231,49 mg
Sól	5503,61 mg
Mangan	4,48 mg
Miedź	1,75 mg
Cynk	10,95 mg
Żelazo	13,75 mg
Magnez	414,83 mg
Fosfor	1711,47 mg
Wapń	1290,03 mg
Potas	5083,32 mg
Sód	2283,29 mg
Błonnik pokarmowy	31,00 g
Cukry proste	19,64 g
Węglowodany	359,28 g
Cholesterol	207,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,00 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,64 g
Tłuszcze nienasycone	32,10 g
Tłuszcze nasycone	21,96 g
Tłuszcze	58,73 g
Białka	116,08 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Pulpet drobiowy w sosie, marchewka gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kasza manna na mleku	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 250ml, Płatki owsiane - 25g, Woda - 50ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 110g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Kalafior, mrożony - 35g, Ziemniaki, średnio - 100g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 80g	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 150ml, Woda - 50ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13727 z dnia 14.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1653,72 kCal
Witamina C	97,63 mg
Witamina B12	2,92 µg
Foliany	0,32 mg
Witamina B6	1,87 mg
Niacyna	13,03 mg
Witamina B2	1,82 mg
Witamina B1	1,04 mg
Witamina E	9,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,90 mg
Skrobia	120,09 mg
Sól	4369,52 mg
Mangan	3,39 mg
Miedź	1,22 mg
Cynk	8,04 mg
Żelazo	9,19 mg
Magnez	297,41 mg
Fosfor	1293,34 mg
Wapń	1060,76 mg
Potas	3617,39 mg
Sód	1830,38 mg
Błonnik pokarmowy	23,29 g
Cukry proste	19,02 g
Węglowodany	224,68 g
Cholesterol	176,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,52 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,19 g
Tłuszcze nienasycone	27,73 g
Tłuszcze nasycone	17,89 g
Tłuszcze	49,11 g
Białka	89,93 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Pulpet drobiowy w sosie, marchew duszona z groszkiem, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kasza manna na mleku	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Banan
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Pietruszka, korzeń - 45g, Marchew - 200g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 240g, Bułka czerstwa *(glu) - 5g, Groszek zielony - 10g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kalafior, mrożony - 30g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 150ml, Woda - 50ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Banan - 240g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13729 z dnia 14.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2458,27 kCal
Witamina C	161,80 mg
Witamina B12	4,09 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,72 mg
Niacyna	21,11 mg
Witamina B2	2,84 mg
Witamina B1	1,59 mg
Witamina E	11,39 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,00 mg
Skrobia	190,14 mg
Sól	5873,42 mg
Mangan	6,67 mg
Miedź	2,04 mg
Cynk	13,10 mg
Żelazo	14,00 mg
Magnez	513,56 mg
Fosfor	2014,19 mg
Wapń	1241,36 mg
Potas	6073,04 mg
Sód	2322,83 mg
Błonnik pokarmowy	37,13 g
Cukry proste	35,39 g
Węglowodany	356,45 g
Cholesterol	295,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,03 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,20 g
Tłuszcze nienasycone	45,79 g
Tłuszcze nasycone	26,60 g
Tłuszcze	78,59 g
Białka	115,00 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 25g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 10g, Noga (udo) kurczaka - 150g, Fasola szparagowa - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 35g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Woda - 250ml, Koper ogrodowy - 2g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kasza manna *(glu) - 50g, Syrop truskawkowy - 10g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13726 z dnia 14.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2256,64 kCal
Witamina C	120,27 mg
Witamina B12	3,80 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	2,48 mg
Niacyna	14,82 mg
Witamina B2	2,42 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	11,44 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,28 mg
Skrobia	204,48 mg
Sól	4072,77 mg
Mangan	4,14 mg
Miedź	1,33 mg
Cynk	10,67 mg
Żelazo	11,04 mg
Magnez	354,81 mg
Fosfor	1711,05 mg
Wapń	1290,89 mg
Potas	4028,87 mg
Sód	1711,37 mg
Błonnik pokarmowy	27,25 g
Cukry proste	13,26 g
Węglowodany	299,93 g
Cholesterol	215,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,25 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,78 g
Tłuszcze nienasycone	43,18 g
Tłuszcze nasycone	24,54 g
Tłuszcze	73,14 g
Białka	113,50 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pieczeń chlebowa w przyprawach, Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, sznycel drobiowy 100g, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Napój mleczny jogurtowy
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pieczeń chlebowa w przyprawach - 1g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 2g, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 100g, Bułka tarta *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Olej rzepakowy - 20g, Kapusta biała - 90g, Cebula - 10g, Por - 10g, Koper ogrodowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13732 z dnia 15.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2193,78 kCal
Witamina C	192,61 mg
Witamina B12	3,68 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	2,88 mg
Niacyna	25,24 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	1,25 mg
Witamina E	15,61 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,12 mg
Skrobia	184,16 mg
Sól	5734,91 mg
Mangan	4,72 mg
Miedź	1,39 mg
Cynk	10,01 mg
Żelazo	11,28 mg
Magnez	384,73 mg
Fosfor	1660,28 mg
Wapń	1260,86 mg
Potas	4827,65 mg
Sód	2292,03 mg
Błonnik pokarmowy	29,33 g
Cukry proste	15,58 g
Węglowodany	304,39 g
Cholesterol	179,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,64 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,91 g
Tłuszcze nienasycone	38,55 g
Tłuszcze nasycone	22,41 g
Tłuszcze	71,26 g
Białka	97,15 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, schab duszony w sosie własnym, marchewka gotowana, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 25g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 190g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 250ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 15g, Ziemniaki, średnio - 300g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy - 330g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13733 z dnia 15.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2022,83 kCal
Witamina C	131,53 mg
Witamina B12	2,94 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,89 mg
Niacyna	26,12 mg
Witamina B2	1,80 mg
Witamina B1	2,19 mg
Witamina E	17,46 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,06 mg
Skrobia	176,98 mg
Sól	5390,21 mg
Mangan	3,41 mg
Miedź	1,40 mg
Cynk	9,22 mg
Żelazo	12,01 mg
Magnez	339,53 mg
Fosfor	1346,28 mg
Wapń	872,11 mg
Potas	4935,45 mg
Sód	2154,58 mg
Błonnik pokarmowy	25,90 g
Cukry proste	20,52 g
Węglowodany	281,08 g
Cholesterol	115,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,82 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,18 g
Tłuszcze nienasycone	47,81 g
Tłuszcze nasycone	19,92 g
Tłuszcze	71,15 g
Białka	92,48 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, schab duszony w sosie własnym, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 65g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 15g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Kapusta biała - 90g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g	Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 15g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13734 z dnia 15.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2201,90 kCal
Witamina C	210,21 mg
Witamina B12	4,18 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	3,25 mg
Niacyna	25,42 mg
Witamina B2	2,52 mg
Witamina B1	2,38 mg
Witamina E	16,69 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,52 mg
Skrobia	172,55 mg
Sól	6793,71 mg
Mangan	6,49 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	13,67 mg
Żelazo	12,98 mg
Magnez	434,61 mg
Fosfor	1844,30 mg
Wapń	1452,39 mg
Potas	5454,48 mg
Sód	3093,96 mg
Błonnik pokarmowy	34,86 g
Cukry proste	21,51 g
Węglowodany	293,44 g
Cholesterol	139,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,99 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,68 g
Tłuszcze nienasycone	45,47 g
Tłuszcze nasycone	23,16 g
Tłuszcze	73,59 g
Białka	123,86 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, schab duszony w sosie własnym, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 190g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 2g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13735 z dnia 15.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2011,78 kCal
Witamina C	110,49 mg
Witamina B12	4,11 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,91 mg
Niacyna	24,99 mg
Witamina B2	2,39 mg
Witamina B1	2,29 mg
Witamina E	8,52 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,67 mg
Skrobia	209,17 mg
Sól	6416,26 mg
Mangan	3,27 mg
Miedź	1,41 mg
Cynk	11,09 mg
Żelazo	11,80 mg
Magnez	374,58 mg
Fosfor	1633,23 mg
Wapń	1272,46 mg
Potas	5173,30 mg
Sód	2565,28 mg
Błonnik pokarmowy	26,13 g
Cukry proste	15,62 g
Węglowodany	313,66 g
Cholesterol	131,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,80 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,76 g
Tłuszcze nienasycone	29,36 g
Tłuszcze nasycone	16,75 g
Tłuszcze	48,47 g
Białka	108,59 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, schab duszony w sosie własnym, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	serek wiejski lekki *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 190g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 2g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g	serek wiejski lekki - 200g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13736 z dnia 15.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2254,18 kCal
Witamina C	110,49 mg
Witamina B12	4,13 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	2,90 mg
Niacyna	24,58 mg
Witamina B2	2,37 mg
Witamina B1	2,24 mg
Witamina E	15,08 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,90 mg
Skrobia	182,37 mg
Sól	6132,81 mg
Mangan	3,11 mg
Miedź	1,37 mg
Cynk	10,74 mg
Żelazo	11,29 mg
Magnez	366,38 mg
Fosfor	1600,68 mg
Wapń	1447,11 mg
Potas	5124,60 mg
Sód	2955,93 mg
Błonnik pokarmowy	25,23 g
Cukry proste	20,42 g
Węglowodany	289,88 g
Cholesterol	134,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,66 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,11 g
Tłuszcze nienasycone	46,57 g
Tłuszcze nasycone	25,52 g
Tłuszcze	77,62 g
Białka	126,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, marchewka gotowana, Schab w sosie własnym, pieczony, Ziemniaki gotowane	Chrupki kukurydziane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Napój mleczny jogurtowy
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 40g, Sałata - 10g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 170g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 250ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 2g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 100g, Schab w sosie własnym, pieczony - 120g	Chrupki kukurydziane - 20g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica z majerankiem - 40g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13738 z dnia 15.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1640,23 kCal
Witamina C	71,10 mg
Witamina B12	3,87 µg
Foliany	0,29 mg
Witamina B6	1,92 mg
Niacyna	18,59 mg
Witamina B2	2,02 mg
Witamina B1	1,62 mg
Witamina E	9,27 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,43 mg
Skrobia	123,55 mg
Sól	4457,66 mg
Mangan	2,35 mg
Miedź	1,03 mg
Cynk	8,54 mg
Żelazo	9,01 mg
Magnez	295,38 mg
Fosfor	1413,13 mg
Wapń	1189,46 mg
Potas	3871,75 mg
Sód	1781,53 mg
Błonnik pokarmowy	18,77 g
Cukry proste	11,32 g
Węglowodany	222,18 g
Cholesterol	131,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,63 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,58 g
Tłuszcze nienasycone	31,45 g
Tłuszcze nasycone	18,80 g
Tłuszcze	52,93 g
Białka	90,11 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pieczeń chlebowa w przyprawach, Sałata	Serek twarogowy, ziarnisty *(mle)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Chrupki kukurydziane	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pieczeń chlebowa w przyprawach - 1g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, ziarnisty - 200g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 95g, Pietruszka, korzeń - 25g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 4g, Kapusta biała - 90g, Por - 10g, Koper ogrodowy - 5g, Olej rzepakowy - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Ziemniaki, średnio - 300g	Chrupki kukurydziane - 30g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13739 z dnia 15.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2449,31 kCal
Witamina C	198,33 mg
Witamina B12	5,53 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	24,76 mg
Witamina B2	2,95 mg
Witamina B1	2,35 mg
Witamina E	16,33 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,46 mg
Skrobia	191,45 mg
Sól	7700,22 mg
Mangan	4,67 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	13,12 mg
Żelazo	12,66 mg
Magnez	426,61 mg
Fosfor	2034,76 mg
Wapń	1482,62 mg
Potas	5341,15 mg
Sód	3078,61 mg
Błonnik pokarmowy	31,27 g
Cukry proste	15,82 g
Węglowodany	309,51 g
Cholesterol	164,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,37 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,39 g
Tłuszcze nienasycone	41,76 g
Tłuszcze nasycone	28,78 g
Tłuszcze	81,87 g
Białka	133,48 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, schab duszony w sosie własnym, Kompot, Marchew, gotowana w wodzie, Ziemniaki gotowane	Serek twarogowy, ziarnisty *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa warzywna
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g, Marchew, gotowana w wodzie - 250g	Serek twarogowy, ziarnisty - 200g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 100g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13737 z dnia 15.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2214,21 kCal
Witamina C	111,80 mg
Witamina B12	4,73 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	3,34 mg
Niacyna	26,21 mg
Witamina B2	2,48 mg
Witamina B1	2,28 mg
Witamina E	12,94 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,79 mg
Skrobia	204,34 mg
Sól	6326,37 mg
Mangan	3,74 mg
Miedź	1,60 mg
Cynk	10,98 mg
Żelazo	11,04 mg
Magnez	372,86 mg
Fosfor	1807,11 mg
Wapń	1091,52 mg
Potas	5099,65 mg
Sód	2528,46 mg
Błonnik pokarmowy	32,51 g
Cukry proste	17,55 g
Węglowodany	307,79 g
Cholesterol	151,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,62 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,57 g
Tłuszcze nienasycone	43,34 g
Tłuszcze nasycone	22,46 g
Tłuszcze	70,27 g
Białka	119,56 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Banan, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grysikowa 400ml, kotlet z rybny I *(glu, ryb, jaj, sel), Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Banan - 150g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 490g, Marchew - 95g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Olej rzepakowy - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, miruna ryba - 90g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kapusta pekińska - 90g, Papryka czerwona - 45g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Cukier - 1g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13742 z dnia 16.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2367,55 kCal
Witamina C	233,29 mg
Witamina B12	5,18 µg
Foliany	0,56 mg
Witamina B6	3,71 mg
Niacyna	16,59 mg
Witamina B2	3,18 mg
Witamina B1	1,35 mg
Witamina E	13,55 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,20 mg
Skrobia	196,07 mg
Sól	3553,81 mg
Mangan	5,00 mg
Miedź	1,70 mg
Cynk	12,31 mg
Żelazo	13,10 mg
Magnez	425,99 mg
Fosfor	2024,15 mg
Wapń	1074,97 mg
Potas	5999,15 mg
Sód	1423,69 mg
Błonnik pokarmowy	32,84 g
Cukry proste	27,17 g
Węglowodany	341,91 g
Cholesterol	531,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,66 g
Tłuszcze nienasycone	37,08 g
Tłuszcze nasycone	23,69 g
Tłuszcze	65,91 g
Białka	117,48 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, pasta z jaj, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 490g, Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 90g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 100g, Koper ogrodowy - 2g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13743 z dnia 16.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2151,74 kCal
Witamina C	144,82 mg
Witamina B12	5,17 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	2,78 mg
Niacyna	15,47 mg
Witamina B2	2,77 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	11,06 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,14 mg
Skrobia	212,46 mg
Sól	3262,91 mg
Mangan	3,31 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	10,69 mg
Żelazo	11,65 mg
Magnez	356,28 mg
Fosfor	1790,71 mg
Wapń	1145,55 mg
Potas	5328,94 mg
Sód	1355,55 mg
Błonnik pokarmowy	29,04 g
Cukry proste	21,29 g
Węglowodany	319,50 g
Cholesterol	522,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,42 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,12 g
Tłuszcze nienasycone	30,78 g
Tłuszcze nasycone	22,13 g
Tłuszcze	57,49 g
Białka	99,32 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle), Szczypiorek	SKYR naturalny *(mle)	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kanapka z pomidorem	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Jabłko
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g, Szczypiorek - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 490g, Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 90g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Olej rzepakowy - 10g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Kapusta pekińska - 90g, Papryka czerwona - 15g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13744 z dnia 16.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2260,71 kCal
Witamina C	172,01 mg
Witamina B12	4,16 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,94 mg
Niacyna	14,55 mg
Witamina B2	2,43 mg
Witamina B1	1,29 mg
Witamina E	13,46 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,24 mg
Skrobia	220,50 mg
Sól	3766,68 mg
Mangan	6,73 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	12,92 mg
Żelazo	13,76 mg
Magnez	401,14 mg
Fosfor	1818,75 mg
Wapń	1091,26 mg
Potas	5299,48 mg
Sód	1640,93 mg
Błonnik pokarmowy	36,07 g
Cukry proste	25,68 g
Węglowodany	330,70 g
Cholesterol	509,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,56 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,80 g
Tłuszcze nienasycone	37,36 g
Tłuszcze nasycone	20,50 g
Tłuszcze	63,11 g
Białka	109,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta z białek jaj, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 490g, Marchew - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 90g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Białko jaja kurzego - 100g, jogurt typ grecki *(mle) - 5ml, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13745 z dnia 16.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2157,29 kCal
Witamina C	156,58 mg
Witamina B12	3,67 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,73 mg
Niacyna	15,96 mg
Witamina B2	2,69 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	8,77 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,47 mg
Skrobia	241,96 mg
Sól	3898,41 mg
Mangan	3,51 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	9,70 mg
Żelazo	10,43 mg
Magnez	361,78 mg
Fosfor	1636,01 mg
Wapń	1066,90 mg
Potas	5367,44 mg
Sód	1609,91 mg
Błonnik pokarmowy	30,59 g
Cukry proste	21,10 g
Węglowodany	349,56 g
Cholesterol	194,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,86 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,19 g
Tłuszcze nienasycone	22,34 g
Tłuszcze nasycone	18,13 g
Tłuszcze	43,70 g
Białka	102,42 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 490g, Marchew - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 180g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, mieszanka warzywna - 120g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13746 z dnia 16.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2431,43 kCal
Witamina C	157,46 mg
Witamina B12	5,44 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,84 mg
Niacyna	15,77 mg
Witamina B2	2,94 mg
Witamina B1	1,37 mg
Witamina E	12,95 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,20 mg
Skrobia	229,93 mg
Sól	3750,85 mg
Mangan	3,34 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	11,35 mg
Żelazo	12,00 mg
Magnez	379,75 mg
Fosfor	2075,64 mg
Wapń	1353,72 mg
Potas	5822,57 mg
Sód	1602,56 mg
Błonnik pokarmowy	29,65 g
Cukry proste	20,84 g
Węglowodany	344,89 g
Cholesterol	530,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,51 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,20 g
Tłuszcze nienasycone	36,95 g
Tłuszcze nasycone	25,15 g
Tłuszcze	67,48 g
Białka	120,80 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	galaretka 150g	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu
	G	Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Koper ogrodowy - 5g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 6g, Marchew - 60g, Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 180g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, miruna ryba - 80g, Ryż biały - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, mieszanka warzywna - 120g	galaretka owocowa winiary *(oz, orz) - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa - 25g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 50g, Sałata - 5g	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, orz - Orzechy, oz - Orzeszki ziemne, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13747 z dnia 16.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1643,84 kCal
Witamina C	80,76 mg
Witamina B12	3,82 µg
Foliany	0,25 mg
Witamina B6	1,42 mg
Niacyna	8,36 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	0,77 mg
Witamina E	8,88 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,08 mg
Skrobia	117,65 mg
Sól	2837,80 mg
Mangan	1,84 mg
Miedź	0,96 mg
Cynk	6,90 mg
Żelazo	7,59 mg
Magnez	230,09 mg
Fosfor	1262,44 mg
Wapń	987,63 mg
Potas	3265,90 mg
Sód	1180,44 mg
Błonnik pokarmowy	17,56 g
Cukry proste	26,88 g
Węglowodany	226,75 g
Cholesterol	334,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,93 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,11 g
Tłuszcze nienasycone	26,28 g
Tłuszcze nasycone	19,34 g
Tłuszcze	49,52 g
Białka	77,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Banan, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Jabłko	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Banan - 150g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Jabłko - 120g	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 490g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, miruna ryba - 90g, Ryż biały - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13748 z dnia 16.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2559,13 kCal
Witamina C	151,26 mg
Witamina B12	5,18 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,29 mg
Niacyna	15,82 mg
Witamina B2	3,10 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	13,00 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	2,27 mg
Skrobia	218,90 mg
Sól	3930,20 mg
Mangan	5,20 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	12,48 mg
Żelazo	13,09 mg
Magnez	408,42 mg
Fosfor	2011,40 mg
Wapń	1013,20 mg
Potas	5771,98 mg
Sód	1622,52 mg
Błonnik pokarmowy	34,94 g
Cukry proste	34,83 g
Węglowodany	369,17 g
Cholesterol	531,72 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,22 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,33 g
Tłuszcze nienasycone	38,71 g
Tłuszcze nasycone	27,53 g
Tłuszcze	71,78 g
Białka	122,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Koper ogrodowy, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, pasta z jaj, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Koper ogrodowy - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 3g, Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, miruna ryba - 90g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 100g, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13749 z dnia 16.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2234,48 kCal
Witamina C	131,24 mg
Witamina B12	5,77 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,76 mg
Niacyna	14,69 mg
Witamina B2	2,99 mg
Witamina B1	1,34 mg
Witamina E	10,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,05 mg
Skrobia	213,96 mg
Sól	3506,60 mg
Mangan	3,26 mg
Miedź	1,49 mg
Cynk	11,30 mg
Żelazo	11,47 mg
Magnez	371,30 mg
Fosfor	1930,14 mg
Wapń	1345,62 mg
Potas	5360,52 mg
Sód	1452,81 mg
Błonnik pokarmowy	30,67 g
Cukry proste	14,69 g
Węglowodany	318,88 g
Cholesterol	533,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,56 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,10 g
Tłuszcze nienasycone	35,03 g
Tłuszcze nasycone	23,78 g
Tłuszcze	63,80 g
Białka	105,23 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	kiełbasa żywiecka, zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	babka ziemniaczana, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, zupa koperkowa	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Wafle "Podpłomyki" *(glu, mle)
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, kiełbasa żywiecka - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	kiełbasa podwawelska *(gor, glu) - 35g, Jaja kurze całe *(jaj) - 50g, Olej rzepakowy - 7g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 70ml, Ziemniaki, wczesne - 400g, Cebula - 50g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 50g, Musztarda - 3g, Marchew - 80g, Koper ogrodowy - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 200g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	wafle "podpłomyki" *(glu, mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13753 z dnia 17.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2240,30 kCal
Witamina C	194,41 mg
Witamina B12	3,10 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,84 mg
Niacyna	15,96 mg
Witamina B2	2,02 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	11,15 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,94 mg
Skrobia	227,81 mg
Sól	5573,95 mg
Mangan	4,89 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	9,94 mg
Żelazo	12,37 mg
Magnez	388,36 mg
Fosfor	1396,35 mg
Wapń	961,50 mg
Potas	5282,15 mg
Sód	2227,05 mg
Błonnik pokarmowy	31,69 g
Cukry proste	23,30 g
Węglowodany	360,43 g
Cholesterol	242,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,21 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,31 g
Tłuszcze nienasycone	40,42 g
Tłuszcze nasycone	20,23 g
Tłuszcze	65,14 g
Białka	80,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	marmolada wieloowocowa, polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb pszenny, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb pszenny, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, marmolada wieloowocowa - 40g, polędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb pszenny - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 25g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Marchew - 85g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Koper ogrodowy - 15g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Noga (udo) kurczaka - 60g, mieszanka warzywna - 35g, Chleb pszenny - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 30g	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem - 380g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13754 z dnia 17.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2304,60 kCal
Witamina C	224,69 mg
Witamina B12	4,16 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,97 mg
Niacyna	19,29 mg
Witamina B2	2,99 mg
Witamina B1	1,51 mg
Witamina E	10,63 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,29 mg
Skrobia	201,61 mg
Sól	5049,65 mg
Mangan	3,45 mg
Miedź	1,55 mg
Cynk	9,57 mg
Żelazo	12,81 mg
Magnez	442,40 mg
Fosfor	1582,20 mg
Wapń	1968,50 mg
Potas	6250,35 mg
Sód	2141,70 mg
Błonnik pokarmowy	30,30 g
Cukry proste	38,61 g
Węglowodany	329,82 g
Cholesterol	279,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,17 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,88 g
Tłuszcze nienasycone	27,42 g
Tłuszcze nasycone	24,39 g
Tłuszcze	61,28 g
Białka	122,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)	gulasz z indyka, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	kanapka z wędliną
	G	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Ziemniaki, średnio - 150g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 300ml, polędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta czerwona - 90g, Cebula - 30g, Jabłko - 50g, Musztarda - 1g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 490g, Śmietana, 12% tłuszczu - 5g, Koper ogrodowy - 15g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 20g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13755 z dnia 17.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2293,82 kCal
Witamina C	261,36 mg
Witamina B12	3,97 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	4,30 mg
Niacyna	19,23 mg
Witamina B2	3,21 mg
Witamina B1	1,70 mg
Witamina E	16,67 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,90 mg
Skrobia	189,52 mg
Sól	7038,90 mg
Mangan	6,99 mg
Miedź	2,07 mg
Cynk	13,33 mg
Żelazo	16,11 mg
Magnez	535,70 mg
Fosfor	1779,42 mg
Wapń	1407,63 mg
Potas	7072,48 mg
Sód	2936,98 mg
Błonnik pokarmowy	42,27 g
Cukry proste	23,15 g
Węglowodany	327,84 g
Cholesterol	210,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,33 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,74 g
Tłuszcze nienasycone	33,82 g
Tłuszcze nasycone	21,00 g
Tłuszcze	63,77 g
Białka	119,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	marmolada wieloowocowa, polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Sałata	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Kajzerki, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, marmolada wieloowocowa - 40g, polędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb wiejski - 50g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Sałata - 5g	Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 75g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Mięso z udźca indyka, bez skóry - 120g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 490g, Koper ogrodowy - 15g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Noga (udo) kurczaka - 60g, mieszanka warzywna - 35g, Kajzerki - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 30g	skyr owocowy *(mle) - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13756 z dnia 17.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2156,00 kCal
Witamina C	212,94 mg
Witamina B12	4,28 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,22 mg
Niacyna	28,45 mg
Witamina B2	2,11 mg
Witamina B1	1,37 mg
Witamina E	10,80 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,60 mg
Skrobia	219,45 mg
Sól	5736,25 mg
Mangan	3,41 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	11,63 mg
Żelazo	12,19 mg
Magnez	385,75 mg
Fosfor	1562,50 mg
Wapń	1015,30 mg
Potas	5754,05 mg
Sód	2292,10 mg
Błonnik pokarmowy	30,72 g
Cukry proste	44,04 g
Węglowodany	338,80 g
Cholesterol	197,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,67 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,40 g
Tłuszcze nienasycone	26,38 g
Tłuszcze nasycone	15,37 g
Tłuszcze	44,71 g
Białka	116,18 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Kajzerki, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, polędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 55g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 75g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Mięso z udźca indyka, bez skóry - 120g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 490g, Koper ogrodowy - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Noga (udo) kurczaka - 60g, mieszanka warzywna - 35g, Kajzerki - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 30g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13757 z dnia 17.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2271,45 kCal
Witamina C	212,94 mg
Witamina B12	6,20 µg
Foliany	0,57 mg
Witamina B6	3,41 mg
Niacyna	28,49 mg
Witamina B2	3,01 mg
Witamina B1	1,51 mg
Witamina E	14,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,93 mg
Skrobia	195,01 mg
Sól	6044,55 mg
Mangan	3,28 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	14,27 mg
Żelazo	13,33 mg
Magnez	436,50 mg
Fosfor	1964,20 mg
Wapń	1479,70 mg
Potas	6381,80 mg
Sód	2415,35 mg
Błonnik pokarmowy	29,23 g
Cukry proste	21,36 g
Węglowodany	305,44 g
Cholesterol	410,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,28 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,98 g
Tłuszcze nienasycone	37,58 g
Tłuszcze nasycone	21,23 g
Tłuszcze	63,33 g
Białka	133,04 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	marmolada wieloowocowa, polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z makaronem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sał	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Herbatniki	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb pszenny, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, marmolada wieloowocowa - 30g, polędwica miodowa regionalna - 30g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 70g, Marchew - 70g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Ziemniaki, średnio - 300g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Koper ogrodowy - 15g	Herbatniki - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Noga (udo) kurczaka - 40g, mieszanka warzywna - 25g, Chleb pszenny - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 35g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13758 z dnia 17.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1706,30 kCal
Witamina C	182,76 mg
Witamina B12	2,17 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,45 mg
Niacyna	12,63 mg
Witamina B2	1,95 mg
Witamina B1	0,98 mg
Witamina E	10,37 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,02 mg
Skrobia	123,51 mg
Sól	4088,40 mg
Mangan	2,61 mg
Miedź	1,10 mg
Cynk	6,44 mg
Żelazo	9,33 mg
Magnez	295,20 mg
Fosfor	1034,50 mg
Wapń	964,25 mg
Potas	4158,95 mg
Sód	1706,40 mg
Błonnik pokarmowy	21,58 g
Cukry proste	35,79 g
Węglowodany	226,27 g
Cholesterol	183,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,99 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,75 g
Tłuszcze nienasycone	25,87 g
Tłuszcze nasycone	18,76 g
Tłuszcze	51,32 g
Białka	95,38 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	marmolada wieloowocowa, polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Sałata	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, marmolada wieloowocowa - 40g, polędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g	Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Koper ogrodowy - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Noga (udo) kurczaka - 50g, mieszanka warzywna - 20g, polędwica z majerankiem - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g	Chleb wiejski *(glu) - 50g, kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13759 z dnia 17.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2568,11 kCal
Witamina C	190,82 mg
Witamina B12	5,29 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,84 mg
Niacyna	17,43 mg
Witamina B2	3,64 mg
Witamina B1	1,57 mg
Witamina E	12,31 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,24 mg
Skrobia	207,06 mg
Sól	6714,26 mg
Mangan	5,13 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	12,50 mg
Żelazo	14,05 mg
Magnez	503,10 mg
Fosfor	1946,73 mg
Wapń	1696,26 mg
Potas	6402,63 mg
Sód	2807,30 mg
Błonnik pokarmowy	33,57 g
Cukry proste	34,92 g
Węglowodany	360,70 g
Cholesterol	267,92 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,04 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,76 g
Tłuszcze nienasycone	40,58 g
Tłuszcze nasycone	26,67 g
Tłuszcze	76,87 g
Białka	136,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	zupa warzywna	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Koper ogrodowy - 15g	Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Ryż biały - 15g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 100g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, szynka wyborna - 50g	skyr owocowy *(mle) - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13760 z dnia 17.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2272,33 kCal
Witamina C	227,58 mg
Witamina B12	2,42 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,99 mg
Niacyna	18,24 mg
Witamina B2	2,63 mg
Witamina B1	1,40 mg
Witamina E	13,75 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,89 mg
Skrobia	225,91 mg
Sól	4279,21 mg
Mangan	4,05 mg
Miedź	1,60 mg
Cynk	8,77 mg
Żelazo	12,42 mg
Magnez	423,78 mg
Fosfor	1382,08 mg
Wapń	1069,21 mg
Potas	6092,70 mg
Sód	1833,68 mg
Błonnik pokarmowy	32,16 g
Cukry proste	18,59 g
Węglowodany	320,94 g
Cholesterol	207,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,78 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,01 g
Tłuszcze nienasycone	32,39 g
Tłuszcze nasycone	20,15 g
Tłuszcze	61,46 g
Białka	122,11 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	zupa krupnik 400ml, kurczak pieczony, ryż gotowany, Kompot, sałata z sosem winegret 120g	mielonka tyrolska *(glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy
	G	Marchew - 50g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Pietruszka, liście - 7g, Marchew - 70g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 220g, Ryż biały - 60g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Sałata - 90g, Olej rzepakowy - 15g, Koper ogrodowy - 5g, Szczypiorek - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 50ml, mielonka tyrolska - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy - 300g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13764 z dnia 18.10.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2140,98 kCal
Witamina C	152,54 mg
Witamina B12	3,20 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,71 mg
Niacyna	19,45 mg
Witamina B2	2,29 mg
Witamina B1	1,22 mg
Witamina E	15,32 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,08 mg
Skrobia	157,95 mg
Sól	4727,46 mg
Mangan	4,91 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	11,90 mg
Żelazo	11,98 mg
Magnez	368,43 mg
Fosfor	1684,18 mg
Wapń	908,76 mg
Potas	4785,00 mg
Sód	1929,63 mg
Błonnik pokarmowy	28,84 g
Cukry proste	20,82 g
Węglowodany	281,27 g
Cholesterol	256,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,48 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,92 g
Tłuszcze nienasycone	42,79 g
Tłuszcze nasycone	21,47 g
Tłuszcze	71,23 g
Białka	108,34 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	szynka śląska, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu
	G	Marchew - 50g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 60g, Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Seler korzeniowy *(sel) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 12g, Mieszanka owocowa, mrożona - 70g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13765 z dnia 18.10.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2155,43 kCal
Witamina C	194,25 mg
Witamina B12	3,17 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	3,05 mg
Niacyna	19,37 mg
Witamina B2	2,14 mg
Witamina B1	1,41 mg
Witamina E	11,82 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,66 mg
Skrobia	181,60 mg
Sól	5562,22 mg
Mangan	3,34 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	9,13 mg
Żelazo	10,76 mg
Magnez	369,06 mg
Fosfor	1479,16 mg
Wapń	983,64 mg
Potas	5368,27 mg
Sód	2126,66 mg
Błonnik pokarmowy	28,17 g
Cukry proste	16,02 g
Węglowodany	307,28 g
Cholesterol	211,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,50 g
Tłuszcze nienasycone	38,58 g
Tłuszcze nasycone	24,19 g
Tłuszcze	67,59 g
Białka	94,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	szynka śląska, zupa warzywna, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	kanapka z pomidorem	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	surówka z kapusty białej	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 7g, Ziemniaki, średnio - 200g, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 1g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 5g, Marchew - 60g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kapusta biała - 90g, Olej rzepakowy - 10g, Marchew - 20g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 20g, Koper ogrodowy - 2g, ocet - 1g, Cukier - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Papryka czerwona - 40g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13766 z dnia 18.10.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2265,96 kCal
Witamina C	326,86 mg
Witamina B12	1,36 µg
Foliany	0,56 mg
Witamina B6	3,83 mg
Niacyna	22,39 mg
Witamina B2	1,63 mg
Witamina B1	1,52 mg
Witamina E	17,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,37 mg
Skrobia	218,73 mg
Sól	5882,97 mg
Mangan	7,34 mg
Miedź	1,97 mg
Cynk	11,58 mg
Żelazo	14,20 mg
Magnez	451,90 mg
Fosfor	1456,90 mg
Wapń	688,98 mg
Potas	6150,28 mg
Sód	2680,54 mg
Błonnik pokarmowy	43,74 g
Cukry proste	24,12 g
Węglowodany	331,49 g
Cholesterol	145,11 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,78 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,91 g
Tłuszcze nienasycone	43,81 g
Tłuszcze nasycone	20,48 g
Tłuszcze	70,33 g
Białka	99,90 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	szynka śląska, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, kasza kukurydziana - 25g, Marchew - 50g, szynka śląska - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 120g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13767 z dnia 18.10.2026

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2085,94 kCal
Witamina C	206,76 mg
Witamina B12	3,17 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,22 mg
Niacyna	19,64 mg
Witamina B2	2,21 mg
Witamina B1	1,45 mg
Witamina E	9,18 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,37 mg
Skrobia	201,34 mg
Sól	5973,37 mg
Mangan	3,31 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	9,51 mg
Żelazo	11,32 mg
Magnez	384,66 mg
Fosfor	1539,75 mg
Wapń	1029,54 mg
Potas	5614,52 mg
Sód	2338,32 mg
Błonnik pokarmowy	31,19 g
Cukry proste	16,93 g
Węglowodany	326,62 g
Cholesterol	196,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,59 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,51 g
Tłuszcze nienasycone	28,22 g
Tłuszcze nasycone	17,90 g
Tłuszcze	50,15 g
Białka	98,79 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	szynka śląska, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	budyń *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, szynka śląska - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 120g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 140g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Budyń w proszku - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 120ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13768 z dnia 18.10.2026

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2571,24 kCal
Witamina C	193,32 mg
Witamina B12	4,22 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,34 mg
Niacyna	20,20 mg
Witamina B2	2,60 mg
Witamina B1	1,48 mg
Witamina E	12,49 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,70 mg
Skrobia	215,59 mg
Sól	6330,47 mg
Mangan	3,32 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	10,94 mg
Żelazo	12,68 mg
Magnez	393,01 mg
Fosfor	1746,10 mg
Wapń	1168,89 mg
Potas	5688,62 mg
Sód	2859,82 mg
Błonnik pokarmowy	30,80 g
Cukry proste	20,53 g
Węglowodany	352,39 g
Cholesterol	439,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,95 g
Tłuszcze nienasycone	41,12 g
Tłuszcze nasycone	29,44 g
Tłuszcze	78,12 g
Białka	131,24 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	szynka śląska, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	budyń *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Marchew - 50g, kasza kukurydziana - 15g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka śląska - 40g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 250g, Seler korzeniowy *(sel) - 80g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 100g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Budyń w proszku - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 150ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 40g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13770 z dnia 18.10.2026

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1627,89 kCal
Witamina C	159,50 mg
Witamina B12	2,72 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	2,27 mg
Niacyna	13,85 mg
Witamina B2	1,78 mg
Witamina B1	1,01 mg
Witamina E	8,94 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,10 mg
Skrobia	107,99 mg
Sól	4316,27 mg
Mangan	2,34 mg
Miedź	1,13 mg
Cynk	6,97 mg
Żelazo	8,23 mg
Magnez	280,06 mg
Fosfor	1155,55 mg
Wapń	989,64 mg
Potas	4088,42 mg
Sód	2079,17 mg
Błonnik pokarmowy	24,43 g
Cukry proste	18,94 g
Węglowodany	208,47 g
Cholesterol	183,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,20 g
Tłuszcze nienasycone	27,37 g
Tłuszcze nasycone	22,33 g
Tłuszcze	55,06 g
Białka	88,11 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	kanapka z pomidorem	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	budyń *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Marchew - 50g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Pomidor - 30g, margaryna Lactima 10g - 5g, Sałata - 5g, Chleb wiejski *(glu) - 25g	Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Seler korzeniowy *(sel) - 65g, Pietruszka, korzeń - 30g, Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 100g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 220g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Budyń w proszku - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 35g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13771 z dnia 18.10.2026

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2516,09 kCal
Witamina C	199,97 mg
Witamina B12	4,08 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,84 mg
Niacyna	22,19 mg
Witamina B2	2,69 mg
Witamina B1	1,67 mg
Witamina E	9,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,25 mg
Skrobia	181,39 mg
Sól	5787,28 mg
Mangan	4,78 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	12,15 mg
Żelazo	12,36 mg
Magnez	436,96 mg
Fosfor	1915,20 mg
Wapń	1245,94 mg
Potas	6101,72 mg
Sód	2682,27 mg
Błonnik pokarmowy	34,44 g
Cukry proste	28,53 g
Węglowodany	329,49 g
Cholesterol	300,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,42 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,48 g
Tłuszcze nienasycone	38,57 g
Tłuszcze nasycone	31,80 g
Tłuszcze	80,08 g
Białka	136,75 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	szynka śląska, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	budyń *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 25g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Seler korzeniowy *(sel) - 65g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 80g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 15g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Kalafior, mrożony - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Budyń w proszku - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/13769 z dnia 18.10.2026

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2393,94 kCal
Witamina C	193,68 mg
Witamina B12	3,36 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	3,14 mg
Niacyna	19,56 mg
Witamina B2	2,23 mg
Witamina B1	1,47 mg
Witamina E	8,74 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,85 mg
Skrobia	218,38 mg
Sól	5901,27 mg
Mangan	3,62 mg
Miedź	1,48 mg
Cynk	9,51 mg
Żelazo	10,90 mg
Magnez	385,81 mg
Fosfor	1576,20 mg
Wapń	1165,39 mg
Potas	5280,12 mg
Sód	2664,42 mg
Błonnik pokarmowy	30,40 g
Cukry proste	16,26 g
Węglowodany	353,84 g
Cholesterol	210,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,65 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,65 g
Tłuszcze nienasycone	32,54 g
Tłuszcze nasycone	26,15 g
Tłuszcze	64,81 g
Białka	115,15 g