

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	kiełbasa biała parzona, 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, edamski tłusty	zupz szpinakowa 400ml, pyzy z mięsem, Kompot, surówka z kapusty czerwonej	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kaszanka z cebulą, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Płatki owsiane - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, kiełbasa biała parzona - 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, Ser, edamski tłusty - 30g	Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Noga (udo) kurczaka - 40g, Wieprzowina, łopatka - 40g, Cebula - 30g, Skrobia ziemniaczana - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, ocet - 2g, Cukier - 5g, Jabłko - 20g, Kapusta czerwona - 90g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kasza gryczana - 90g, Cebula - 20g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2398,00 kCal
Witamina C	245,06 mg
Witamina B12	4,40 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,74 mg
Niacyna	20,60 mg
Witamina B2	2,73 mg
Witamina B1	2,20 mg
Witamina E	13,63 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,03 mg
Skrobia	238,19 mg
Sól	4830,69 mg
Mangan	7,33 mg
Miedź	1,99 mg
Cynk	16,16 mg
Żelazo	14,68 mg
Magnez	635,25 mg
Fosfor	2263,88 mg
Wapń	1505,52 mg
Potas	5890,98 mg
Sód	1930,36 mg
Błonnik pokarmowy	34,95 g
Cukry proste	16,97 g
Węglowodany	354,58 g
Cholesterol	223,68 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,18 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,00 g
Tłuszcze nienasycone	39,53 g
Tłuszcze nasycone	26,51 g
Tłuszcze	70,29 g
Białka	103,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	płatki owsiane na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	kielbasa biała parzona, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	G	Woda - 50ml, Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab biały *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Truskawki, mrożone - 200g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 40g, Marchew - 70g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Szpinak, mrożony - 35g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, kielbasa biała parzona - 90g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	skyr owocowy *(mle) - 1g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2204,33 kCal
Witamina C	241,38 mg
Witamina B12	3,01 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,21 mg
Niacyna	13,71 mg
Witamina B2	2,06 mg
Witamina B1	1,28 mg
Witamina E	11,73 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,11 mg
Skrobia	208,32 mg
Sól	5399,14 mg
Mangan	4,52 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	9,08 mg
Żelazo	12,18 mg
Magnez	344,85 mg
Fosfor	1387,33 mg
Wapń	1022,72 mg
Potas	4145,88 mg
Sód	2182,31 mg
Błonnik pokarmowy	28,53 g
Cukry proste	26,00 g
Węglowodany	304,60 g
Cholesterol	252,38 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,46 g
Tłuszcze nienasycone	38,95 g
Tłuszcze nasycone	25,78 g
Tłuszcze	69,06 g
Białka	106,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	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, Ogórek, Sałata, Schab biały *(soj)	kanapka z pomidorem	zupz szpinakowa 400ml, pyzy z mięsem, Kompot, surówka z czerwonej kapusty	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, Papryka czerwona, Sałata, Szynka wieprzowa, gotowana	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Schab biały *(soj) - 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	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Ziemniaki, średnio - 640g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Szpinak, mrożony - 25g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Noga (udo) kurczaka - 40g, Wieprzowina, łopatka - 40g, Cebula - 30g, Marchew - 50g, Skrobia ziemniaczana - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 15g, Olej rzepakowy - 5g	Jabłko - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g, Szynka wieprzowa, gotowana - 30g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2384,08 kCal
Witamina C	271,30 mg
Witamina B12	5,21 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,83 mg
Niacyna	22,39 mg
Witamina B2	2,75 mg
Witamina B1	2,04 mg
Witamina E	15,22 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,94 mg
Skrobia	228,02 mg
Sól	5305,04 mg
Mangan	7,85 mg
Miedź	2,14 mg
Cynk	15,20 mg
Żelazo	15,78 mg
Magnez	513,35 mg
Fosfor	2024,98 mg
Wapń	1229,07 mg
Potas	6546,78 mg
Sód	2159,46 mg
Błonnik pokarmowy	40,01 g
Cukry proste	25,93 g
Węglowodany	358,13 g
Cholesterol	414,83 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,42 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,45 g
Tłuszcze nienasycone	36,87 g
Tłuszcze nasycone	24,46 g
Tłuszcze	68,33 g
Białka	105,11 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	płatki owsiane na mleku 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Schab biały *(soj)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	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, Pomidor, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab biały *(soj) - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 85g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Truskawki, mrożone - 200g, Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 70g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, 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, soy - Soja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2240,73 kCal
Witamina C	238,66 mg
Witamina B12	3,65 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	2,06 mg
Niacyna	12,84 mg
Witamina B2	2,57 mg
Witamina B1	1,37 mg
Witamina E	11,94 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,95 mg
Skrobia	217,95 mg
Sól	5421,44 mg
Mangan	4,35 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	10,24 mg
Żelazo	12,21 mg
Magnez	372,35 mg
Fosfor	1604,93 mg
Wapń	1309,57 mg
Potas	4490,78 mg
Sód	2199,26 mg
Błonnik pokarmowy	29,36 g
Cukry proste	31,13 g
Węglowodany	362,27 g
Cholesterol	86,08 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,18 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,16 g
Tłuszcze nienasycone	26,35 g
Tłuszcze nasycone	19,26 g
Tłuszcze	50,77 g
Białka	98,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	↪	płatki owsiane na mleku 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	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, Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Płatki owsiane - 25g, Woda - 50ml, Schab biały *(soj) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Truskawki, mrożone - 200g, Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 70g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2219,08 kCal
Witamina C	226,01 mg
Witamina B12	3,89 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	1,97 mg
Niacyna	12,21 mg
Witamina B2	2,37 mg
Witamina B1	1,23 mg
Witamina E	11,63 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,09 mg
Skrobia	206,49 mg
Sól	5556,49 mg
Mangan	4,17 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	9,50 mg
Żelazo	12,39 mg
Magnez	343,10 mg
Fosfor	1535,13 mg
Wapń	1309,12 mg
Potas	4024,43 mg
Sód	2764,91 mg
Błonnik pokarmowy	26,00 g
Cukry proste	24,87 g
Węglowodany	307,95 g
Cholesterol	300,38 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,98 g
Tłuszcze nienasycone	29,39 g
Tłuszcze nasycone	25,28 g
Tłuszcze	62,81 g
Białka	119,27 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	płatki owsiane na mleku 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jabłka pieczone
	↻	Woda - 50ml, Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab biały *(soj) - 1g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 50g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Truskawki, mrożone - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 40g, Marchew - 150g, Ziemniaki, średnio - 100g, Szpinak, mrożony - 80g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłka pieczone - 120g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1632,15 kCal
Witamina C	185,31 mg
Witamina B12	3,75 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	1,71 mg
Niacyna	9,37 mg
Witamina B2	2,27 mg
Witamina B1	1,02 mg
Witamina E	10,72 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,67 mg
Skrobia	121,43 mg
Sól	3349,40 mg
Mangan	3,29 mg
Miedź	1,29 mg
Cynk	8,21 mg
Żelazo	10,76 mg
Magnez	310,15 mg
Fosfor	1341,90 mg
Wapń	1143,80 mg
Potas	3671,15 mg
Sód	1378,45 mg
Błonnik pokarmowy	24,19 g
Cukry proste	25,47 g
Węglowodany	234,42 g
Cholesterol	268,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,84 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,49 g
Tłuszcze nienasycone	23,34 g
Tłuszcze nasycone	19,75 g
Tłuszcze	48,32 g
Białka	77,99 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C02) Dieta Łatwostrawna(6):	→	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	bułka z masłem i marmoladą *(glu, orz)	zupz szpinakowa 400ml, Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	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, Pomidor, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	↺	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 1g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Bułki pszenne zwykłe - 55g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, marmolada wieloowocowa - 9g	Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 290g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 80g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 90g, Truskawki, mrożone - 100g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka gotowana wieprzowa - 45g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	skyr owocowy *(mle) - 1g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C02) Dieta Łatwostrawna(6):
Kalorie	2414,54 kCal
Witamina C	166,58 mg
Witamina B12	4,32 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	2,11 mg
Niacyna	13,15 mg
Witamina B2	2,55 mg
Witamina B1	1,34 mg
Witamina E	9,65 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	0,92 mg
Skrobia	260,61 mg
Sól	5937,24 mg
Mangan	4,06 mg
Miedź	1,48 mg
Cynk	10,17 mg
Żelazo	12,17 mg
Magnez	360,95 mg
Fosfor	1682,78 mg
Wapń	1357,87 mg
Potas	4223,28 mg
Sód	2413,21 mg
Błonnik pokarmowy	23,47 g
Cukry proste	23,68 g
Węglowodany	363,33 g
Cholesterol	280,68 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,34 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,20 g
Tłuszcze nienasycone	28,54 g
Tłuszcze nasycone	23,37 g
Tłuszcze	57,82 g
Białka	123,41 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		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, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	Jogurt naturalny, 2% 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	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Płatki owsiane - 25g, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Cukier - 3g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 50g, Truskawki, mrożone - 200g, Pietruszka, korzeń - 40g, Cebula - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Marchew - 70g, Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 200g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2005,15 kCal
Witamina C	202,21 mg
Witamina B12	4,00 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	1,90 mg
Niacyna	11,58 mg
Witamina B2	2,41 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	8,50 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,86 mg
Skrobia	190,59 mg
Sól	4291,68 mg
Mangan	4,29 mg
Miedź	1,46 mg
Cynk	9,39 mg
Żelazo	11,61 mg
Magnez	340,05 mg
Fosfor	1561,08 mg
Wapń	1279,25 mg
Potas	3783,64 mg
Sód	2093,24 mg
Błonnik pokarmowy	25,91 g
Cukry proste	21,55 g
Węglowodany	292,39 g
Cholesterol	269,38 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,66 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,82 g
Tłuszcze nienasycone	24,48 g
Tłuszcze nasycone	22,50 g
Tłuszcze	52,42 g
Białka	103,82 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	polędwica miodowa regionalna *(soj), 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, Ogórek, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Kompot, sałata z sosem winegret 120g, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Krakowska parzona, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, polędwica miodowa regionalna - 40g, 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, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Sałata - 90g, Olej rzepakowy - 5g, Koper ogrodowy - 7g, Pietruszka, liście - 7g, Rzodkiewka - 20g, Wieprzowina, karkówka - 120g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Krakowska parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2140,99 kCal
Witamina C	178,04 mg
Witamina B12	2,98 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	2,91 mg
Niacyna	20,60 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	1,98 mg
Witamina E	12,40 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,18 mg
Skrobia	183,10 mg
Sól	4758,87 mg
Mangan	4,66 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	12,46 mg
Żelazo	12,49 mg
Magnez	359,01 mg
Fosfor	1409,50 mg
Wapń	1018,29 mg
Potas	5202,27 mg
Sód	1947,02 mg
Błonnik pokarmowy	29,65 g
Cukry proste	34,15 g
Węglowodany	292,51 g
Cholesterol	142,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,24 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,62 g
Tłuszcze nienasycone	41,05 g
Tłuszcze nasycone	27,22 g
Tłuszcze	72,65 g
Białka	92,86 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	↪	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, twaróg z zieleniną	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Dżem morelowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	↻	Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 40g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 75g, Dżem morelowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2198,32 kCal
Witamina C	181,06 mg
Witamina B12	4,11 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,31 mg
Niacyna	21,51 mg
Witamina B2	2,69 mg
Witamina B1	1,90 mg
Witamina E	9,68 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,13 mg
Skrobia	181,44 mg
Sól	3993,33 mg
Mangan	3,71 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	12,11 mg
Żelazo	12,52 mg
Magnez	358,26 mg
Fosfor	1683,99 mg
Wapń	968,88 mg
Potas	5733,03 mg
Sód	1547,50 mg
Błonnik pokarmowy	28,05 g
Cukry proste	28,04 g
Węglowodany	321,77 g
Cholesterol	168,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,14 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,80 g
Tłuszcze nienasycone	30,89 g
Tłuszcze nasycone	24,75 g
Tłuszcze	59,04 g
Białka	108,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	↪	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, Szczypiorek, twaróg z zieleniną	Jabłko	pulpet gotowany w sosie koperkowym, Kompot, sałata z sosem winegret 120g, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kanapka z ogórkiem	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, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	↻	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Szczypiorek - 10g	Jabłko - 120g	Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Koper ogrodowy - 12g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Sałata - 90g, Olej rzepakowy - 10g, Pietruszka, liście - 5g, Rzodkiewka - 20g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Ogórek - 25g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g	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 - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2165,96 kCal
Witamina C	191,35 mg
Witamina B12	3,84 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,17 mg
Niacyna	20,79 mg
Witamina B2	2,51 mg
Witamina B1	1,90 mg
Witamina E	15,51 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,29 mg
Skrobia	189,40 mg
Sól	5501,81 mg
Mangan	6,94 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	14,24 mg
Żelazo	13,72 mg
Magnez	433,82 mg
Fosfor	1765,54 mg
Wapń	1105,50 mg
Potas	5809,71 mg
Sód	2150,61 mg
Błonnik pokarmowy	37,84 g
Cukry proste	22,24 g
Węglowodany	313,03 g
Cholesterol	158,43 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,70 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,48 g
Tłuszcze nienasycone	41,56 g
Tłuszcze nasycone	23,28 g
Tłuszcze	68,87 g
Białka	92,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	↪	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Pomidor, Sałata, twaróg z zieleniną	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 25g, Woda - 50ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 10g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Burak - 120g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Arbuz - 200g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2095,19 kCal
Witamina C	183,66 mg
Witamina B12	3,82 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,27 mg
Niacyna	21,63 mg
Witamina B2	2,43 mg
Witamina B1	1,99 mg
Witamina E	7,10 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,24 mg
Skrobia	219,92 mg
Sól	4847,87 mg
Mangan	3,73 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	12,02 mg
Żelazo	13,20 mg
Magnez	378,68 mg
Fosfor	1594,22 mg
Wapń	1105,35 mg
Potas	5947,36 mg
Sód	1888,86 mg
Błonnik pokarmowy	28,82 g
Cukry proste	23,23 g
Węglowodany	343,15 g
Cholesterol	155,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	6,44 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,10 g
Tłuszcze nienasycone	21,91 g
Tłuszcze nasycone	18,91 g
Tłuszcze	43,55 g
Białka	97,08 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem morelowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Sałata, twaróg z zieleniną	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	szynka biała *(gor, glu), 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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 25g, Woda - 50ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 100g, Koper ogrodowy - 10g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Dżem morelowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Sałata - 10g	Wieprzowina, łopatka - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Burak - 120g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, 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, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2403,50 kCal
Witamina C	163,82 mg
Witamina B12	5,31 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,19 mg
Niacyna	23,20 mg
Witamina B2	3,21 mg
Witamina B1	2,04 mg
Witamina E	7,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,00 mg
Skrobia	216,31 mg
Sól	5629,22 mg
Mangan	3,71 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	14,14 mg
Żelazo	13,45 mg
Magnez	393,43 mg
Fosfor	1988,91 mg
Wapń	1249,29 mg
Potas	5941,25 mg
Sód	2201,68 mg
Błonnik pokarmowy	27,25 g
Cukry proste	17,59 g
Węglowodany	351,62 g
Cholesterol	204,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,82 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,35 g
Tłuszcze nienasycone	28,54 g
Tłuszcze nasycone	26,22 g
Tłuszcze	57,96 g
Białka	132,39 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	~	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłka pieczone	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 50g, Koper ogrodowy - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Wieprzowina, łopatka - 70g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Burak - 90g, ocet - 2g, Cukier - 1g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 400g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g	Jabłka pieczone - 140g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1640,98 kCal
Witamina C	127,25 mg
Witamina B12	2,95 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,26 mg
Niacyna	15,99 mg
Witamina B2	1,83 mg
Witamina B1	1,35 mg
Witamina E	6,20 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,77 mg
Skrobia	144,66 mg
Sól	3755,39 mg
Mangan	2,77 mg
Miedź	1,25 mg
Cynk	8,87 mg
Żelazo	9,56 mg
Magnez	289,43 mg
Fosfor	1191,81 mg
Wapń	853,68 mg
Potas	4471,18 mg
Sód	1500,62 mg
Błonnik pokarmowy	22,99 g
Cukry proste	18,64 g
Węglowodany	251,87 g
Cholesterol	132,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	6,98 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,82 g
Tłuszcze nienasycone	22,52 g
Tłuszcze nasycone	19,09 g
Tłuszcze	44,41 g
Białka	69,43 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	połudwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z ryżem 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, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Ryż biały - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, połędwica miodowa regionalna - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 35g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	Wieprzowina, łopatka - 85g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Burak - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 4g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 45g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, 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, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2475,48 kCal
Witamina C	182,07 mg
Witamina B12	4,54 µg
Foliany	0,60 mg
Witamina B6	3,34 mg
Niacyna	22,41 mg
Witamina B2	2,90 mg
Witamina B1	1,88 mg
Witamina E	10,05 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,02 mg
Skrobia	233,32 mg
Sól	5764,73 mg
Mangan	4,75 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	13,55 mg
Żelazo	14,88 mg
Magnez	422,05 mg
Fosfor	1885,41 mg
Wapń	1213,27 mg
Potas	6343,70 mg
Sód	2255,71 mg
Błonnik pokarmowy	31,36 g
Cukry proste	18,80 g
Węglowodany	375,22 g
Cholesterol	171,84 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,93 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,86 g
Tłuszcze nienasycone	32,96 g
Tłuszcze nasycone	25,49 g
Tłuszcze	61,78 g
Białka	119,76 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), twaróg z zieleniną	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), 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, Ryż biały - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 15g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g	Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Burak - 200g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g	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	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2135,06 kCal
Witamina C	147,91 mg
Witamina B12	4,02 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	2,89 mg
Niacyna	20,63 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	1,80 mg
Witamina E	5,99 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,79 mg
Skrobia	196,92 mg
Sól	4588,22 mg
Mangan	4,09 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	12,21 mg
Żelazo	13,39 mg
Magnez	382,93 mg
Fosfor	1590,37 mg
Wapń	1370,30 mg
Potas	5672,31 mg
Sód	1830,61 mg
Błonnik pokarmowy	29,14 g
Cukry proste	29,51 g
Węglowodany	332,00 g
Cholesterol	161,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	6,93 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,67 g
Tłuszcze nienasycone	25,23 g
Tłuszcze nasycone	23,26 g
Tłuszcze	51,18 g
Białka	99,74 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	→	Pasztet z kurczaka, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Papryka czerwona, Sałata	zupa grochowa 400ml, kurczak pieczony, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	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 z łososia wędzonego, Sałata	Banan
	↺	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pasztet z kurczaka - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Groch, nasiona suche - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Marchew - 170g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Cebula - 20g, Kiełbasa śląska - 15g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 220g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Koper ogrodowy - 15g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 25g, łosoś brzuszek - 35g, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Banan - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2379,80 kCal
Witamina C	185,32 mg
Witamina B12	3,36 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	4,19 mg
Niacyna	23,66 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,66 mg
Witamina E	10,10 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,59 mg
Skrobia	183,27 mg
Sól	6252,85 mg
Mangan	5,75 mg
Miedź	1,96 mg
Cynk	13,47 mg
Żelazo	13,89 mg
Magnez	510,60 mg
Fosfor	1907,80 mg
Wapń	914,85 mg
Potas	6447,55 mg
Sód	2568,90 mg
Błonnik pokarmowy	37,56 g
Cukry proste	28,54 g
Węglowodany	339,07 g
Cholesterol	269,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,99 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,10 g
Tłuszcze nienasycone	36,63 g
Tłuszcze nasycone	21,52 g
Tłuszcze	74,58 g
Białka	116,46 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	→	kiełbasa szynkowa, płatki jęczmienne 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	zupa grysikowa 400ml, Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy, z witaminami E i C
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 150g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Olej rzepakowy - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy, z witaminami E i C - 250g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2068,07 kCal
Witamina C	172,53 mg
Witamina B12	3,49 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	2,17 mg
Niacyna	15,53 mg
Witamina B2	2,18 mg
Witamina B1	1,08 mg
Witamina E	18,83 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,12 mg
Skrobia	163,83 mg
Sól	5446,29 mg
Mangan	3,40 mg
Miedź	1,25 mg
Cynk	9,27 mg
Żelazo	10,25 mg
Magnez	346,52 mg
Fosfor	1569,02 mg
Wapń	1072,19 mg
Potas	4079,60 mg
Sód	2032,62 mg
Błonnik pokarmowy	25,34 g
Cukry proste	11,90 g
Węglowodany	289,51 g
Cholesterol	242,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,56 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,37 g
Tłuszcze nienasycone	39,55 g
Tłuszcze nasycone	21,03 g
Tłuszcze	65,55 g
Białka	91,91 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	kiełbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 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	serek wiejski lekki *(mle)	zupa grysikowa 400ml, Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	Jabłko	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, pasta z łososia wędzonego, Sałata	kanapka z wędliną
	↺	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, 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	serek wiejski lekki - 140g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 150g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Olej rzepakowy - 10g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Koper ogrodowy - 15g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 25g, łosoś brzuski - 35g, polędwica miodowa regionalna - 30g, 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 - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2356,44 kCal
Witamina C	198,69 mg
Witamina B12	3,21 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,34 mg
Niacyna	16,18 mg
Witamina B2	2,17 mg
Witamina B1	1,18 mg
Witamina E	15,18 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,53 mg
Skrobia	169,60 mg
Sól	6964,54 mg
Mangan	6,64 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	12,21 mg
Żelazo	12,93 mg
Magnez	389,15 mg
Fosfor	1711,04 mg
Wapń	1029,82 mg
Potas	4210,93 mg
Sód	3062,95 mg
Błonnik pokarmowy	33,99 g
Cukry proste	25,12 g
Węglowodany	296,36 g
Cholesterol	243,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,46 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,61 g
Tłuszcze nienasycone	42,70 g
Tłuszcze nasycone	24,31 g
Tłuszcze	85,47 g
Białka	118,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	kiełbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), marchewka gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	połudwica miodowa regionalna *(soj), Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Marchew - 250g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kalafior, mrożony - 70g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	połudwica miodowa regionalna - 40g, Chleb wiejski - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	1907,36 kCal
Witamina C	130,17 mg
Witamina B12	3,59 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,73 mg
Niacyna	19,35 mg
Witamina B2	2,46 mg
Witamina B1	1,30 mg
Witamina E	9,04 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,66 mg
Skrobia	187,08 mg
Sól	6353,26 mg
Mangan	3,10 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	10,81 mg
Żelazo	11,76 mg
Magnez	419,83 mg
Fosfor	1716,77 mg
Wapń	2013,23 mg
Potas	5464,92 mg
Sód	2539,39 mg
Błonnik pokarmowy	30,61 g
Cukry proste	17,11 g
Węglowodany	293,04 g
Cholesterol	193,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,77 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,59 g
Tłuszcze nienasycone	26,53 g
Tłuszcze nasycone	15,98 g
Tłuszcze	46,07 g
Białka	94,93 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	→	kielbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa grysikowa 400ml, Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	południca miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kajzerki, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Marchew - 50g, kielbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 150g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 240g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Syrop truskawkowy - 10g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 150ml, Kasza manna *(glu) - 25g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, połędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Kajzerki - 55g, 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

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2277,67 kCal
Witamina C	120,13 mg
Witamina B12	5,67 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,49 mg
Niacyna	18,06 mg
Witamina B2	3,25 mg
Witamina B1	1,29 mg
Witamina E	8,89 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,07 mg
Skrobia	193,46 mg
Sól	6712,14 mg
Mangan	2,98 mg
Miedź	1,29 mg
Cynk	12,68 mg
Żelazo	11,32 mg
Magnez	421,22 mg
Fosfor	2192,37 mg
Wapń	1674,44 mg
Potas	4921,25 mg
Sód	2682,72 mg
Błonnik pokarmowy	21,58 g
Cukry proste	9,24 g
Węglowodany	304,57 g
Cholesterol	338,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,99 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,25 g
Tłuszcze nienasycone	34,64 g
Tłuszcze nasycone	24,37 g
Tłuszcze	64,66 g
Białka	129,58 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	kielbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa grysikowa 400ml, Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kasza manna na mleku	połudwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Banan
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, kielbasa szynkowa - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 80g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 350g, Marchew - 150g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 70g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Woda - 100ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, połędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Banan - 100g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1708,92 kCal
Witamina C	113,20 mg
Witamina B12	2,84 µg
Foliany	0,30 mg
Witamina B6	2,57 mg
Niacyna	14,21 mg
Witamina B2	1,80 mg
Witamina B1	1,01 mg
Witamina E	8,40 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,10 mg
Skrobia	159,32 mg
Sól	4476,24 mg
Mangan	2,72 mg
Miedź	1,30 mg
Cynk	7,41 mg
Żelazo	9,18 mg
Magnez	333,07 mg
Fosfor	1237,52 mg
Wapń	884,19 mg
Potas	4506,15 mg
Sód	1741,12 mg
Błonnik pokarmowy	22,75 g
Cukry proste	20,26 g
Węglowodany	261,83 g
Cholesterol	173,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,55 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,09 g
Tłuszcze nienasycone	25,59 g
Tłuszcze nasycone	18,44 g
Tłuszcze	47,40 g
Białka	69,91 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	kiełbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)	zupa grysikowa 400ml, Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kajzerki, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	serek wiejski lekki - 150g	Pietruszka, liście - 3g, Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 290g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 240g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Brokuły, mrożone - 120g, Woda - 250ml, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kasza manna *(glu) - 25g, Syrop truskawkowy - 10g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 150ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Kajzerki - 55g, 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

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2540,27 kCal
Witamina C	140,23 mg
Witamina B12	5,87 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,94 mg
Niacyna	20,16 mg
Witamina B2	3,39 mg
Witamina B1	1,43 mg
Witamina E	9,01 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,09 mg
Skrobia	215,44 mg
Sól	6897,34 mg
Mangan	3,20 mg
Miedź	1,44 mg
Cynk	13,30 mg
Żelazo	12,07 mg
Magnez	459,42 mg
Fosfor	2313,27 mg
Wapń	1871,04 mg
Potas	5610,95 mg
Sód	3134,52 mg
Błonnik pokarmowy	23,68 g
Cukry proste	13,40 g
Węglowodany	336,19 g
Cholesterol	345,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,11 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,76 g
Tłuszcze nienasycone	35,27 g
Tłuszcze nasycone	28,35 g
Tłuszcze	70,90 g
Białka	150,39 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	kielbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa grysikowa 400ml, Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	południca miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kielbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 150g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Brokuły, mrożone - 180g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kasza manna *(glu) - 30g, Syrop truskawkowy - 30g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 150ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, połędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2122,17 kCal
Witamina C	148,06 mg
Witamina B12	4,76 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,21 mg
Niacyna	15,75 mg
Witamina B2	2,81 mg
Witamina B1	1,22 mg
Witamina E	9,51 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,30 mg
Skrobia	185,44 mg
Sól	5896,19 mg
Mangan	3,54 mg
Miedź	1,16 mg
Cynk	11,16 mg
Żelazo	10,86 mg
Magnez	391,22 mg
Fosfor	1891,32 mg
Wapń	1473,69 mg
Potas	4475,50 mg
Sód	2357,02 mg
Błonnik pokarmowy	22,56 g
Cukry proste	8,63 g
Węglowodany	302,10 g
Cholesterol	257,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,87 g
Tłuszcze nienasycone	31,33 g
Tłuszcze nasycone	22,25 g
Tłuszcze	58,39 g
Białka	107,82 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Krakowska parzona, Zupa mleczna zacierkowa 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	zupa jarzynowa 400ml, makaron spaghetti, Kompot, Ogórek	marmolada wieloowocowa, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Krakowska parzona - 50g, 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	Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 140g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, Pietruszka, liście - 9g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Pietruszka, korzeń - 35g, Cebula - 30g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Olej rzepakowy - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Wieprzowina, łopatka - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ogórek - 120g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab biały *(soj) - 1g, 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, truskawkowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2269,03 kCal
Witamina C	108,29 mg
Witamina B12	3,94 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,33 mg
Niacyna	18,68 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	1,77 mg
Witamina E	10,29 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,93 mg
Skrobia	183,40 mg
Sól	4976,38 mg
Mangan	4,55 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	12,58 mg
Żelazo	11,93 mg
Magnez	340,71 mg
Fosfor	1586,43 mg
Wapń	987,55 mg
Potas	4308,62 mg
Sód	2021,30 mg
Błonnik pokarmowy	31,44 g
Cukry proste	36,86 g
Węglowodany	326,33 g
Cholesterol	196,52 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,67 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,20 g
Tłuszcze nienasycone	34,97 g
Tłuszcze nasycone	24,34 g
Tłuszcze	64,14 g
Białka	114,91 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, 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, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 25g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 70g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, szynka surowa - 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, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2017,98 kCal
Witamina C	197,68 mg
Witamina B12	3,67 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,57 mg
Niacyna	26,55 mg
Witamina B2	2,31 mg
Witamina B1	2,73 mg
Witamina E	11,18 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,88 mg
Skrobia	197,83 mg
Sól	4959,89 mg
Mangan	3,45 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	11,45 mg
Żelazo	13,10 mg
Magnez	403,95 mg
Fosfor	1561,93 mg
Wapń	1072,37 mg
Potas	6050,73 mg
Sód	1981,96 mg
Błonnik pokarmowy	29,99 g
Cukry proste	14,95 g
Węglowodany	297,67 g
Cholesterol	190,33 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,76 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,76 g
Tłuszcze nienasycone	36,97 g
Tłuszcze nasycone	20,04 g
Tłuszcze	60,06 g
Białka	100,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	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, Rzodkiewka, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	kanapka z papryką	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	surówka z kapusty białej	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	pieczywo chrupkie żytnie *(glu)
	↺	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, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Papryka czerwona - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, mieszanka warzywna - 20g, Marchew - 35g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 8g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 140g	Koper ogrodowy - 2g, Kapusta biała - 80g, Olej rzepakowy - 2g, Marchew - 30g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 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, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Chleb chrupki - 30g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2122,62 kCal
Witamina C	246,18 mg
Witamina B12	2,76 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	21,49 mg
Witamina B2	2,05 mg
Witamina B1	2,09 mg
Witamina E	15,84 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	214,16 mg
Sól	7825,09 mg
Mangan	7,85 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	13,78 mg
Żelazo	15,54 mg
Magnez	447,44 mg
Fosfor	1607,41 mg
Wapń	932,55 mg
Potas	5665,83 mg
Sód	3128,31 mg
Błonnik pokarmowy	38,83 g
Cukry proste	18,91 g
Węglowodany	320,36 g
Cholesterol	170,21 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,96 g
Tłuszcze nienasycone	42,42 g
Tłuszcze nasycone	19,83 g
Tłuszcze	65,87 g
Białka	95,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	↪	marmolada wieloowocowa, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Woda - 100ml, marmolada wieloowocowa - 40g, 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 konserwowa wieprzowa - 40g	Pietruszka, korzeń - 25g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Pietruszka, liście - 5g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Brokuły, mrożone - 180g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel) - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2091,15 kCal
Witamina C	250,32 mg
Witamina B12	2,69 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	2,95 mg
Niacyna	16,52 mg
Witamina B2	2,01 mg
Witamina B1	1,35 mg
Witamina E	9,88 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,40 mg
Skrobia	212,40 mg
Sól	7398,15 mg
Mangan	3,85 mg
Miedź	1,49 mg
Cynk	8,20 mg
Żelazo	12,40 mg
Magnez	380,05 mg
Fosfor	1359,50 mg
Wapń	1045,75 mg
Potas	5651,55 mg
Sód	2957,55 mg
Błonnik pokarmowy	33,20 g
Cukry proste	46,69 g
Węglowodany	354,27 g
Cholesterol	110,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,10 g
Tłuszcze jednonienasycone	10,85 g
Tłuszcze nienasycone	27,16 g
Tłuszcze nasycone	17,03 g
Tłuszcze	48,82 g
Białka	91,18 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	marmolada wieloowocowa, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, marmolada wieloowocowa - 40g, 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 konserwowa wieprzowa - 50g	Pietruszka, korzeń - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Pietruszka, liście - 5g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 120g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 150g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	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	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2375,23 kCal
Witamina C	172,48 mg
Witamina B12	4,48 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,27 mg
Niacyna	22,20 mg
Witamina B2	2,81 mg
Witamina B1	2,10 mg
Witamina E	11,40 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,74 mg
Skrobia	201,25 mg
Sól	7850,89 mg
Mangan	3,19 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	12,07 mg
Żelazo	12,77 mg
Magnez	395,50 mg
Fosfor	1811,88 mg
Wapń	1244,52 mg
Potas	5733,88 mg
Sód	3138,81 mg
Błonnik pokarmowy	30,05 g
Cukry proste	38,72 g
Węglowodany	351,18 g
Cholesterol	207,93 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,16 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,74 g
Tłuszcze nienasycone	39,36 g
Tłuszcze nasycone	23,78 g
Tłuszcze	66,70 g
Białka	124,40 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	marmolada wieloowocowa, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa jarzynowa 400ml, pulpet gotowany w sosie koperkowym, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	Herbatniki	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	↻	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 30g	Ziemniaki, średnio - 300g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Pietruszka, liście - 3g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 65g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Wieprzowina, łopatka - 80g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, Fasola szparagowa - 90g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Herbatniki - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 40g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 80g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1881,68 kCal
Witamina C	129,82 mg
Witamina B12	3,65 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	2,32 mg
Niacyna	16,68 mg
Witamina B2	2,28 mg
Witamina B1	1,46 mg
Witamina E	8,99 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,03 mg
Skrobia	136,71 mg
Sól	4648,14 mg
Mangan	2,58 mg
Miedź	1,24 mg
Cynk	9,66 mg
Żelazo	9,87 mg
Magnez	293,77 mg
Fosfor	1391,11 mg
Wapń	901,43 mg
Potas	4170,89 mg
Sód	1810,29 mg
Błonnik pokarmowy	23,96 g
Cukry proste	35,61 g
Węglowodany	269,04 g
Cholesterol	197,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,15 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,87 g
Tłuszcze nienasycone	33,77 g
Tłuszcze nasycone	21,74 g
Tłuszcze	58,89 g
Białka	94,76 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	marmolada wieloowocowa, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	↺	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Woda - 100ml, marmolada wieloowocowa - 30g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 40g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Pietruszka, korzeń - 25g, Ziemniaki, średnio - 690g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Pietruszka, liście - 5g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Fasola szparagowa - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2447,30 kCal
Witamina C	227,53 mg
Witamina B12	5,31 µg
Foliany	0,56 mg
Witamina B6	4,18 mg
Niacyna	29,30 mg
Witamina B2	3,16 mg
Witamina B1	2,51 mg
Witamina E	10,82 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,50 mg
Skrobia	202,06 mg
Sól	4858,00 mg
Mangan	2,92 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	11,85 mg
Żelazo	13,42 mg
Magnez	456,20 mg
Fosfor	2066,10 mg
Wapń	1492,15 mg
Potas	6956,20 mg
Sód	1940,60 mg
Błonnik pokarmowy	30,64 g
Cukry proste	34,16 g
Węglowodany	357,28 g
Cholesterol	203,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,71 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,74 g
Tłuszcze nienasycone	39,66 g
Tłuszcze nasycone	25,64 g
Tłuszcze	69,09 g
Białka	130,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(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, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 45g	Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, mieszanka warzywna - 40g, Marchew - 85g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Fasola szparagowa - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 10g, Szynka wieprzowa, gotowana - 140g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 45g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2281,93 kCal
Witamina C	169,27 mg
Witamina B12	4,53 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,39 mg
Niacyna	22,07 mg
Witamina B2	2,86 mg
Witamina B1	2,07 mg
Witamina E	11,28 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,06 mg
Skrobia	202,90 mg
Sól	7132,04 mg
Mangan	3,25 mg
Miedź	1,66 mg
Cynk	12,01 mg
Żelazo	12,60 mg
Magnez	409,10 mg
Fosfor	1848,83 mg
Wapń	1263,72 mg
Potas	5828,88 mg
Sód	2851,21 mg
Błonnik pokarmowy	29,53 g
Cukry proste	13,68 g
Węglowodany	316,49 g
Cholesterol	204,63 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,07 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,80 g
Tłuszcze nienasycone	42,51 g
Tłuszcze nasycone	24,10 g
Tłuszcze	70,26 g
Białka	122,90 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 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, gouda tłusty *(mle)	Filet rybny zapiekany *(glu, ryb, mle), kapuśniak z kiszonej kapusty, Kompot, warzywa gotowane, 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, Sałata, sałatka makaronowa I	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Woda - 50ml, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, 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, Ser, gouda tłusty - 50g	filety zapiekane z serem *(glu, mle) - 100g, Kapusta kwaszona - 80g, Marchew - 40g, Pietruszka, korzeń - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 18g, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 100g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Papryka czerwona - 60g, Ogórek - 60g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 20g, Koper ogrodowy - 3g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 40g, kiełbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2247,22 kCal
Witamina C	251,02 mg
Witamina B12	4,68 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,95 mg
Niacyna	15,62 mg
Witamina B2	2,25 mg
Witamina B1	1,29 mg
Witamina E	10,20 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,77 mg
Skrobia	179,60 mg
Sól	6392,38 mg
Mangan	4,35 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	11,00 mg
Żelazo	10,69 mg
Magnez	389,87 mg
Fosfor	1672,61 mg
Wapń	1579,84 mg
Potas	5332,21 mg
Sód	2055,12 mg
Błonnik pokarmowy	33,36 g
Cukry proste	23,10 g
Węglowodany	329,32 g
Cholesterol	135,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,46 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,41 g
Tłuszcze nienasycone	35,27 g
Tłuszcze nasycone	28,28 g
Tłuszcze	67,00 g
Białka	93,99 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 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 ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kasza kukurydziana - 25g, 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	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 75g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, miruna ryba - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, mieszanka warzywna - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2278,10 kCal
Witamina C	162,61 mg
Witamina B12	4,12 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,72 mg
Niacyna	15,37 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	13,85 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,08 mg
Skrobia	173,51 mg
Sól	3897,80 mg
Mangan	2,96 mg
Miedź	1,46 mg
Cynk	9,19 mg
Żelazo	11,49 mg
Magnez	330,05 mg
Fosfor	1566,30 mg
Wapń	1036,00 mg
Potas	5153,45 mg
Sód	1579,00 mg
Błonnik pokarmowy	30,32 g
Cukry proste	33,42 g
Węglowodany	317,03 g
Cholesterol	466,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,30 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,03 g
Tłuszcze nienasycone	39,79 g
Tłuszcze nasycone	23,88 g
Tłuszcze	68,66 g
Białka	107,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	zupa warzywna, 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	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Ryba gotowana, Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kanapka z pomidorem	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Sok pomidorowy
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 20g, 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 - 15g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, miruna ryba - 120g, Olej rzepakowy - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta pekińska - 90g, Papryka czerwona - 25g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, margaryna Lactima 10g - 5g, Sałata - 5g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Sok pomidorowy - 250g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2290,82 kCal
Witamina C	287,94 mg
Witamina B12	4,16 µg
Foliany	0,64 mg
Witamina B6	3,95 mg
Niacyna	20,36 mg
Witamina B2	2,84 mg
Witamina B1	1,65 mg
Witamina E	19,78 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,54 mg
Skrobia	217,33 mg
Sól	5242,46 mg
Mangan	7,09 mg
Miedź	2,13 mg
Cynk	14,56 mg
Żelazo	16,02 mg
Magnez	498,60 mg
Fosfor	2035,86 mg
Wapń	1850,93 mg
Potas	7156,53 mg
Sód	2163,64 mg
Błonnik pokarmowy	40,36 g
Cukry proste	20,82 g
Węglowodany	332,36 g
Cholesterol	410,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,24 g
Tłuszcze jednonienasycone	29,96 g
Tłuszcze nienasycone	47,20 g
Tłuszcze nasycone	17,72 g
Tłuszcze	69,92 g
Białka	101,74 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Miód), Sałata, Ser twarogowy chudy	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta z białek jaj, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g, Ser twarogowy chudy - 70g	Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 80g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Mielona ryba - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, mieszanka warzywna - 180g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Białko jaja kurzego - 100g, jogurt typ grecki *(mle) - 5ml, Koper ogrodowy - 4g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2174,89 kCal
Witamina C	164,51 mg
Witamina B12	3,29 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,68 mg
Niacyna	13,72 mg
Witamina B2	2,49 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	9,77 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,98 mg
Skrobia	190,07 mg
Sól	3837,42 mg
Mangan	2,80 mg
Miedź	1,36 mg
Cynk	8,48 mg
Żelazo	9,78 mg
Magnez	315,53 mg
Fosfor	1526,65 mg
Wapń	1054,70 mg
Potas	5111,90 mg
Sód	1704,08 mg
Błonnik pokarmowy	32,14 g
Cukry proste	23,04 g
Węglowodany	324,08 g
Cholesterol	161,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,44 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,28 g
Tłuszcze nienasycone	25,14 g
Tłuszcze nasycone	18,09 g
Tłuszcze	46,91 g
Białka	123,19 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy chudy	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Ryba gotowana, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kasza kukurydziana - 25g, Woda - 50ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g, Ser twarogowy chudy - 100g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Marchew - 90g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, Olej rzepakowy - 20g, miruna ryba - 150g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 3g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, mieszanka warzywna - 120g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 1g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 110g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2234,40 kCal
Witamina C	153,16 mg
Witamina B12	4,14 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,60 mg
Niacyna	12,90 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,15 mg
Witamina E	17,84 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,09 mg
Skrobia	168,87 mg
Sól	4981,25 mg
Mangan	2,62 mg
Miedź	1,29 mg
Cynk	9,22 mg
Żelazo	10,50 mg
Magnez	297,38 mg
Fosfor	1625,37 mg
Wapń	994,87 mg
Potas	4766,57 mg
Sód	2161,51 mg
Błonnik pokarmowy	27,65 g
Cukry proste	20,28 g
Węglowodany	272,01 g
Cholesterol	462,53 mg
Tłuszcze wielonienasycone	18,70 g
Tłuszcze jednonienasycone	31,63 g
Tłuszcze nienasycone	50,57 g
Tłuszcze nasycone	21,25 g
Tłuszcze	77,61 g
Białka	120,43 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	galaretka 150g	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, pasta z jaj, Bułki pszenne zwykłe, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Chrupki kukurydziane
	↻	kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 50g, 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 - 120g, Pietruszka, korzeń - 45g, Pietruszka, liście - 30g, Ziemniaki, średnio - 280g, Woda - 550ml, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, miruna ryba - 80g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, mieszanka warzywna - 90g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g	galaretka owocowa winiary *(orz) - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 60g, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 2g, Koper ogrodowy - 1g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 80g, Sałata - 10g	Chrupki kukurydziane - 20g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1656,94 kCal
Witamina C	160,05 mg
Witamina B12	3,53 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	1,89 mg
Niacyna	10,78 mg
Witamina B2	1,99 mg
Witamina B1	0,87 mg
Witamina E	9,69 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,24 mg
Skrobia	117,10 mg
Sól	2464,95 mg
Mangan	2,02 mg
Miedź	1,23 mg
Cynk	7,02 mg
Żelazo	9,61 mg
Magnez	275,32 mg
Fosfor	1268,25 mg
Wapń	887,12 mg
Potas	4033,21 mg
Sód	1030,93 mg
Błonnik pokarmowy	24,13 g
Cukry proste	29,78 g
Węglowodany	245,22 g
Cholesterol	327,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,88 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,04 g
Tłuszcze nienasycone	24,09 g
Tłuszcze nasycone	17,24 g
Tłuszcze	45,13 g
Białka	75,86 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C02) Dieta Łatwostrawna(6):	J	Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy chudy	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, ziarnisty *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kasza kukurydziana - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 10g, Ser twarogowy chudy - 100g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 80g, Ziemniaki, średnio - 550g, Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, miruna ryba - 180g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, mieszanka warzywna - 180g	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) - 240ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Serek twarogowy, ziarnisty - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C02) Dieta Łatwostrawna(6):
Kalorie	2547,13 kCal
Witamina C	170,18 mg
Witamina B12	5,58 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,03 mg
Niacyna	14,92 mg
Witamina B2	2,98 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	10,12 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,34 mg
Skrobia	206,41 mg
Sól	5714,31 mg
Mangan	3,05 mg
Miedź	1,47 mg
Cynk	11,08 mg
Żelazo	12,05 mg
Magnez	347,02 mg
Fosfor	2054,24 mg
Wapń	1317,80 mg
Potas	5542,99 mg
Sód	2432,94 mg
Błonnik pokarmowy	34,44 g
Cukry proste	38,05 g
Węglowodany	349,88 g
Cholesterol	496,47 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,97 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,48 g
Tłuszcze nienasycone	33,00 g
Tłuszcze nasycone	27,90 g
Tłuszcze	66,71 g
Białka	145,44 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	—	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	SKYR naturalny *(mle)
	G	Woda - 50ml, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 20g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 60g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 550ml, Marchew - 80g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, miruna ryba - 120g, mieszanka warzywna - 180g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja kurze całe - 110g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2229,22 kCal
Witamina C	147,35 mg
Witamina B12	4,34 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,76 mg
Niacyna	13,51 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,18 mg
Witamina E	9,83 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,67 mg
Skrobia	176,09 mg
Sól	3030,25 mg
Mangan	2,74 mg
Miedź	1,30 mg
Cynk	8,93 mg
Żelazo	10,47 mg
Magnez	305,47 mg
Fosfor	1566,26 mg
Wapń	1179,54 mg
Potas	4833,71 mg
Sód	1360,79 mg
Błonnik pokarmowy	31,15 g
Cukry proste	39,34 g
Węglowodany	310,50 g
Cholesterol	513,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,77 g
Tłuszcze nienasycone	31,66 g
Tłuszcze nasycone	23,91 g
Tłuszcze	60,45 g
Białka	118,26 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	kielbasa podwawelska *(gor, glu), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, Ser topiony, edamski	gulasz z żołądków drobiowych, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kasza gryczana, gotowana, Kompot	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, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Gruszka
	G	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, kielbasa podwawelska - 60g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 5g, Ser topiony, edamski - 17,50g	Marchew - 110g, Żołądek kurczaka - 120g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Olej rzepakowy - 10g, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 30g	Gruszka - 120g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2092,35 kCal
Witamina C	207,19 mg
Witamina B12	3,41 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	2,30 mg
Niacyna	15,43 mg
Witamina B2	1,83 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	13,10 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,75 mg
Skrobia	167,50 mg
Sól	5457,63 mg
Mangan	5,39 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	13,81 mg
Żelazo	16,55 mg
Magnez	396,25 mg
Fosfor	1556,80 mg
Wapń	866,83 mg
Potas	3932,48 mg
Sód	2181,63 mg
Błonnik pokarmowy	33,36 g
Cukry proste	22,98 g
Węglowodany	273,66 g
Cholesterol	433,58 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,07 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,82 g
Tłuszcze nienasycone	45,95 g
Tłuszcze nasycone	25,99 g
Tłuszcze	76,98 g
Białka	92,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szyńka bankietowa *(soj)	schab duszony w sosie własnym, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Banan
	G	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Szyńka bankietowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 10g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Banan - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2179,15 kCal
Witamina C	211,50 mg
Witamina B12	3,14 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	4,15 mg
Niacyna	27,22 mg
Witamina B2	2,16 mg
Witamina B1	2,44 mg
Witamina E	13,23 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,31 mg
Skrobia	175,36 mg
Sól	4782,10 mg
Mangan	4,16 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	9,43 mg
Żelazo	12,69 mg
Magnez	416,80 mg
Fosfor	1447,55 mg
Wapń	832,85 mg
Potas	6183,85 mg
Sód	1910,40 mg
Błonnik pokarmowy	30,06 g
Cukry proste	38,35 g
Węglowodany	314,65 g
Cholesterol	127,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,17 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,99 g
Tłuszcze nienasycone	36,17 g
Tłuszcze nasycone	21,62 g
Tłuszcze	64,11 g
Białka	101,43 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	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, Szynka bankietowa *(soj)	kanapka z pomidorem	schab duszony w sosie własnym, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kasza gryczana, gotowana, Kompot	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, schab wiśniowy *(soj)	serek wiejski lekki *(mle)
	↺	Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Woda - 250ml, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Szynka bankietowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 5g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2054,33 kCal
Witamina C	236,13 mg
Witamina B12	1,74 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	25,19 mg
Witamina B2	1,47 mg
Witamina B1	2,29 mg
Witamina E	16,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,16 mg
Skrobia	172,48 mg
Sól	5951,96 mg
Mangan	7,85 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	12,39 mg
Żelazo	15,25 mg
Magnez	472,18 mg
Fosfor	1471,38 mg
Wapń	671,31 mg
Potas	4972,60 mg
Sód	2757,13 mg
Błonnik pokarmowy	42,62 g
Cukry proste	30,15 g
Węglowodany	285,65 g
Cholesterol	86,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,21 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,69 g
Tłuszcze nienasycone	36,90 g
Tłuszcze nasycone	18,72 g
Tłuszcze	63,54 g
Białka	105,99 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szynka bankietowa *(soj)	schab duszony w sosie własnym, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Banan
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Szynka bankietowa - 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	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Arbuz - 200g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Banan - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2181,75 kCal
Witamina C	231,50 mg
Witamina B12	3,19 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	4,07 mg
Niacyna	26,83 mg
Witamina B2	2,18 mg
Witamina B1	2,39 mg
Witamina E	11,07 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,53 mg
Skrobia	197,73 mg
Sól	5058,20 mg
Mangan	3,89 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	9,40 mg
Żelazo	13,01 mg
Magnez	410,85 mg
Fosfor	1454,40 mg
Wapń	874,85 mg
Potas	6263,70 mg
Sód	2020,70 mg
Błonnik pokarmowy	28,48 g
Cukry proste	37,93 g
Węglowodany	334,67 g
Cholesterol	128,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,95 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,18 g
Tłuszcze nienasycone	28,13 g
Tłuszcze nasycone	20,54 g
Tłuszcze	54,53 g
Białka	102,84 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	zupa mleczna z makaronem 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, Szyńka bankietowa *(soj)	schab duszony w sosie własnym, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% 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)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Woda - 50ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Marchew - 50g, Szyńka bankietowa - 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	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 10g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	serek wiejski lekki - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2209,95 kCal
Witamina C	210,70 mg
Witamina B12	3,80 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,32 mg
Niacyna	26,48 mg
Witamina B2	2,30 mg
Witamina B1	2,28 mg
Witamina E	11,90 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,27 mg
Skrobia	181,72 mg
Sól	5696,80 mg
Mangan	3,07 mg
Miedź	1,49 mg
Cynk	9,59 mg
Żelazo	12,40 mg
Magnez	368,35 mg
Fosfor	1575,40 mg
Wapń	1202,65 mg
Potas	5646,35 mg
Sód	2780,60 mg
Błonnik pokarmowy	26,12 g
Cukry proste	19,32 g
Węglowodany	282,02 g
Cholesterol	134,25 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,10 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,49 g
Tłuszcze nienasycone	32,59 g
Tłuszcze nasycone	25,23 g
Tłuszcze	65,82 g
Białka	135,29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	zupa mleczna z makaronem 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Sałata, Szynka bankietowa *(soj)	schab duszony w sosie własnym, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jabłko	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	serek wiejski lekki *(mle)
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezbajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Szynka bankietowa - 1g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Sałata - 10g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 300g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Jabłko - 80g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 30g, Arbuz - 100g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1705,80 kCal
Witamina C	163,36 mg
Witamina B12	3,18 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,60 mg
Niacyna	21,64 mg
Witamina B2	1,85 mg
Witamina B1	1,99 mg
Witamina E	7,75 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,12 mg
Skrobia	127,64 mg
Sól	3999,15 mg
Mangan	2,70 mg
Miedź	1,23 mg
Cynk	7,89 mg
Żelazo	10,11 mg
Magnez	293,55 mg
Fosfor	1247,65 mg
Wapń	979,15 mg
Potas	4423,80 mg
Sód	1976,20 mg
Błonnik pokarmowy	23,15 g
Cukry proste	25,50 g
Węglowodany	223,29 g
Cholesterol	125,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,79 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,61 g
Tłuszcze nienasycone	23,69 g
Tłuszcze nasycone	20,79 g
Tłuszcze	50,13 g
Białka	102,07 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
(C02) Dieta Łatwostrawna(6):	Ń	zupa mleczna z makaronem 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 bankietowa *(soj)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	schab duszony w sosie własnym, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 100ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 150g, Olej rzepakowy - 5g, Szynka bankietowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 140g, Olej rzepakowy - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 550g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 180g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Chleb wiejski *(glu) - 50g, kielbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g	Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C02) Dieta Łatwostrawna(6):
Kalorie	2529,61 kCal
Witamina C	245,46 mg
Witamina B12	2,86 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,74 mg
Niacyna	31,83 mg
Witamina B2	2,09 mg
Witamina B1	2,60 mg
Witamina E	16,34 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,03 mg
Skrobia	238,90 mg
Sól	7117,66 mg
Mangan	4,23 mg
Miedź	1,87 mg
Cynk	10,74 mg
Żelazo	15,31 mg
Magnez	437,30 mg
Fosfor	1566,58 mg
Wapń	990,36 mg
Potas	6476,68 mg
Sód	3222,65 mg
Błonnik pokarmowy	35,31 g
Cukry proste	22,61 g
Węglowodany	346,48 g
Cholesterol	113,12 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,91 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,67 g
Tłuszcze nienasycone	42,50 g
Tłuszcze nasycone	25,09 g
Tłuszcze	75,49 g
Białka	133,45 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.09.2026, 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, Szynka bankietowa *(soj)	schab duszony w sosie własnym, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kalafior, gotowany w wodzie, Kompot, 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, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa warzywna
	G	Woda - 50ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Szynka bankietowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kalafior, gotowany w wodzie - 180g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab Wiśniowy *(soj) - 1g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	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, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2142,83 kCal
Witamina C	227,57 mg
Witamina B12	3,83 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,64 mg
Niacyna	28,14 mg
Witamina B2	2,36 mg
Witamina B1	2,38 mg
Witamina E	11,79 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,13 mg
Skrobia	197,76 mg
Sól	5031,61 mg
Mangan	3,84 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	10,41 mg
Żelazo	12,81 mg
Magnez	401,93 mg
Fosfor	1691,33 mg
Wapń	1052,01 mg
Potas	5949,55 mg
Sód	2010,73 mg
Błonnik pokarmowy	30,35 g
Cukry proste	12,70 g
Węglowodany	298,09 g
Cholesterol	139,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,18 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,11 g
Tłuszcze nienasycone	35,29 g
Tłuszcze nasycone	21,62 g
Tłuszcze	62,75 g
Białka	111,56 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Kasza manna na mleku, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kabanosy, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, kotlet schabowy, Ziemniaki gotowane	kiełbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, sałatka ryżowo warzywna 140g, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Sok pomarańczowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kabanosy - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 4g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kapusta biała - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 100g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Bułka tarta *(glu) - 10g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 300g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Ryż biały - 50g, Papryka czerwona - 40g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Ogórki, konserwowe - 20g, jogurt typ grecki *(mle) - 10ml, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Pietruszka, liście - 3g, kiełbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Sok pomarańczowy - 330g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2410,58 kCal
Witamina C	364,55 mg
Witamina B12	3,90 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,62 mg
Niacyna	30,11 mg
Witamina B2	2,32 mg
Witamina B1	2,87 mg
Witamina E	15,01 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,13 mg
Skrobia	214,86 mg
Sól	6697,01 mg
Mangan	5,05 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	14,68 mg
Żelazo	14,75 mg
Magnez	419,68 mg
Fosfor	1717,38 mg
Wapń	998,76 mg
Potas	5773,05 mg
Sód	2677,39 mg
Błonnik pokarmowy	32,44 g
Cukry proste	34,45 g
Węglowodany	344,72 g
Cholesterol	259,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,17 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,58 g
Tłuszcze nienasycone	39,71 g
Tłuszcze nasycone	25,47 g
Tłuszcze	70,26 g
Białka	116,09 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	↪	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, 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, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 35g, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Marchew - 240g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2191,23 kCal
Witamina C	101,34 mg
Witamina B12	2,22 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	2,17 mg
Niacyna	9,97 mg
Witamina B2	2,17 mg
Witamina B1	0,96 mg
Witamina E	14,13 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,70 mg
Skrobia	184,86 mg
Sól	5938,41 mg
Mangan	3,42 mg
Miedź	1,21 mg
Cynk	7,56 mg
Żelazo	10,51 mg
Magnez	284,98 mg
Fosfor	1031,08 mg
Wapń	1126,71 mg
Potas	3538,80 mg
Sód	2533,43 mg
Błonnik pokarmowy	30,13 g
Cukry proste	46,08 g
Węglowodany	310,91 g
Cholesterol	194,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,84 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,76 g
Tłuszcze nienasycone	32,42 g
Tłuszcze nasycone	23,11 g
Tłuszcze	64,09 g
Białka	104,55 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	→	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Jabłko	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, sałatka ryżowo warzywna 140g, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 150g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Kapusta biała - 60g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Papryka czerwona - 10g, Kukurydza, konserwowa - 10g, Ogórki, konserwowe - 20g, jogurt typ grecki *(mle) - 5ml, Pietruszka, liście - 5g, Ryż biały - 40g, szynka z kotła - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2395,46 kCal
Witamina C	231,04 mg
Witamina B12	3,64 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,64 mg
Niacyna	16,45 mg
Witamina B2	2,76 mg
Witamina B1	1,41 mg
Witamina E	17,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,91 mg
Skrobia	216,06 mg
Sól	5986,22 mg
Mangan	6,56 mg
Miedź	1,92 mg
Cynk	11,62 mg
Żelazo	14,36 mg
Magnez	462,26 mg
Fosfor	1607,41 mg
Wapń	1262,82 mg
Potas	6051,75 mg
Sód	2505,82 mg
Błonnik pokarmowy	40,20 g
Cukry proste	29,23 g
Węglowodany	352,86 g
Cholesterol	197,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,72 g
Tłuszcze nienasycone	38,70 g
Tłuszcze nasycone	20,37 g
Tłuszcze	68,10 g
Białka	110,40 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	↪	Kasza manna na mleku, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, 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, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 40g, Sałata - 5g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 30g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 250ml, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2304,98 kCal
Witamina C	97,18 mg
Witamina B12	2,22 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	2,40 mg
Niacyna	11,28 mg
Witamina B2	2,21 mg
Witamina B1	0,96 mg
Witamina E	10,98 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,37 mg
Skrobia	246,55 mg
Sól	6132,51 mg
Mangan	4,07 mg
Miedź	1,31 mg
Cynk	8,97 mg
Żelazo	11,04 mg
Magnez	301,23 mg
Fosfor	1157,43 mg
Wapń	1151,91 mg
Potas	3703,70 mg
Sód	2609,83 mg
Błonnik pokarmowy	29,25 g
Cukry proste	42,80 g
Węglowodany	372,18 g
Cholesterol	166,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,46 g
Tłuszcze jednonienasycone	9,80 g
Tłuszcze nienasycone	21,95 g
Tłuszcze nasycone	17,45 g
Tłuszcze	46,86 g
Białka	110,26 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.09.2026, NIEDZIELA

		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, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 30g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 250ml, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2418,38 kCal
Witamina C	98,23 mg
Witamina B12	3,29 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,52 mg
Niacyna	11,45 mg
Witamina B2	2,70 mg
Witamina B1	1,04 mg
Witamina E	10,94 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,39 mg
Skrobia	246,55 mg
Sól	6632,26 mg
Mangan	4,06 mg
Miedź	1,35 mg
Cynk	10,01 mg
Żelazo	11,31 mg
Magnez	329,33 mg
Fosfor	1428,48 mg
Wapń	1443,26 mg
Potas	4025,40 mg
Sód	2809,43 mg
Błonnik pokarmowy	29,03 g
Cukry proste	37,65 g
Węglowodany	373,47 g
Cholesterol	185,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,61 g
Tłuszcze jednonienasycone	11,35 g
Tłuszcze nienasycone	23,77 g
Tłuszcze nasycone	20,44 g
Tłuszcze	51,94 g
Białka	125,67 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	Kasza manna na mleku, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ryż biały, gotowany	Chrupki kukurydziane	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 1g, Bułki pszenne zwykłe - 40g, Chleb wiejski - 25g, Jabłko - 120g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 20g, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 9g, mięso gulaszowe z indyka - 80g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ryż biały, gotowany - 80g	Chrupki kukurydziane - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka z kotła - 40g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 80g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1720,91 kCal
Witamina C	155,01 mg
Witamina B12	2,00 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	1,74 mg
Niacyna	8,31 mg
Witamina B2	1,87 mg
Witamina B1	0,77 mg
Witamina E	10,72 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,99 mg
Skrobia	127,77 mg
Sól	4464,92 mg
Mangan	2,78 mg
Miedź	0,90 mg
Cynk	5,97 mg
Żelazo	8,52 mg
Magnez	254,71 mg
Fosfor	922,66 mg
Wapń	1034,92 mg
Potas	3132,55 mg
Sód	1945,11 mg
Błonnik pokarmowy	24,67 g
Cukry proste	40,19 g
Węglowodany	234,99 g
Cholesterol	152,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,39 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,25 g
Tłuszcze nienasycone	23,63 g
Tłuszcze nasycone	20,80 g
Tłuszcze	52,54 g
Białka	87,50 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C02) Dieta Łatwostrawna(6):	→	Kasza manna na mleku, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	budyń *(mle)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	↺	Kasza manna *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 250ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 35g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 35g	Budyń w proszku - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml	Koncentrat pomidorowy, 30% - 20g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 20g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 250ml, szynka z kotła - 45g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C02) Dieta Łatwostrawna(6):
Kalorie	2411,03 kCal
Witamina C	95,99 mg
Witamina B12	3,85 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,48 mg
Niacyna	10,52 mg
Witamina B2	2,89 mg
Witamina B1	1,00 mg
Witamina E	10,68 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,39 mg
Skrobia	230,57 mg
Sól	5982,51 mg
Mangan	3,76 mg
Miedź	1,32 mg
Cynk	9,86 mg
Żelazo	10,54 mg
Magnez	329,38 mg
Fosfor	1495,78 mg
Wapń	1604,51 mg
Potas	4047,60 mg
Sód	2549,58 mg
Błonnik pokarmowy	27,13 g
Cukry proste	36,26 g
Węglowodany	364,50 g
Cholesterol	206,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,35 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,89 g
Tłuszcze nienasycone	24,77 g
Tłuszcze nasycone	23,19 g
Tłuszcze	55,97 g
Białka	122,94 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2349,33 kCal
Witamina C	64,67 mg
Witamina B12	2,97 µg
Foliany	0,31 mg
Witamina B6	2,19 mg
Niacyna	9,51 mg
Witamina B2	2,41 mg
Witamina B1	0,91 mg
Witamina E	10,58 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,20 mg
Skrobia	232,69 mg
Sól	6105,31 mg
Mangan	3,97 mg
Miedź	1,24 mg
Cynk	8,99 mg
Żelazo	10,00 mg
Magnez	302,63 mg
Fosfor	1271,23 mg
Wapń	1361,46 mg
Potas	3393,60 mg
Sód	2599,93 mg
Błonnik pokarmowy	26,62 g
Cukry proste	32,14 g
Węglowodany	348,34 g
Cholesterol	206,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,37 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,78 g
Tłuszcze nienasycone	28,96 g
Tłuszcze nasycone	23,51 g
Tłuszcze	60,56 g
Białka	112,83 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	↪	galaretką drobiową 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)
	↻	Marchew - 20g, Żelatyna - 4g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 80g, Woda - 100ml, Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, 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 - 60g, Woda - 400ml, Kapusta biała - 300g, Kiełbasa podwawelska - 30g, 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, soy - Soja, oz - Orzeszki ziemne, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2041,54 kCal
Witamina C	275,58 mg
Witamina B12	5,00 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,60 mg
Niacyna	18,90 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,74 mg
Witamina E	15,69 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,01 mg
Skrobia	155,48 mg
Sól	6480,86 mg
Mangan	5,50 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	13,82 mg
Żelazo	12,28 mg
Magnez	388,34 mg
Fosfor	1735,36 mg
Wapń	1262,55 mg
Potas	4789,07 mg
Sód	2590,46 mg
Błonnik pokarmowy	32,09 g
Cukry proste	21,58 g
Węglowodany	267,31 g
Cholesterol	384,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,14 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,79 g
Tłuszcze nienasycone	40,85 g
Tłuszcze nasycone	24,89 g
Tłuszcze	71,01 g
Białka	109,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	↪	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)
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, 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, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 30g, Marchew - 170g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Olej rzepakowy - 10g, Woda - 250ml, Mieszanek 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

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2227,62 kCal
Witamina C	133,95 mg
Witamina B12	2,24 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,55 mg
Niacyna	14,96 mg
Witamina B2	1,69 mg
Witamina B1	1,13 mg
Witamina E	12,92 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,41 mg
Skrobia	226,21 mg
Sól	5894,54 mg
Mangan	3,40 mg
Miedź	1,44 mg
Cynk	7,72 mg
Żelazo	9,61 mg
Magnez	326,38 mg
Fosfor	1242,33 mg
Wapń	888,87 mg
Potas	4734,22 mg
Sód	2297,24 mg
Błonnik pokarmowy	28,09 g
Cukry proste	36,38 g
Węglowodany	334,33 g
Cholesterol	65,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,45 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,12 g
Tłuszcze nienasycone	39,57 g
Tłuszcze nasycone	23,89 g
Tłuszcze	66,15 g
Białka	87,96 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	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	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	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	Jabłko
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, 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, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 30g, Cebula - 15g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Woda - 400ml, Olej rzepakowy - 5g, Kapusta biała - 300g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 15g, Kielbasa podwawelska - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	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	Jabłko - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2082,33 kCal
Witamina C	303,40 mg
Witamina B12	2,91 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	2,50 mg
Niacyna	17,35 mg
Witamina B2	2,09 mg
Witamina B1	1,76 mg
Witamina E	17,89 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,15 mg
Skrobia	173,23 mg
Sól	7543,91 mg
Mangan	8,54 mg
Miedź	1,66 mg
Cynk	14,29 mg
Żelazo	13,55 mg
Magnez	418,38 mg
Fosfor	1581,53 mg
Wapń	1129,11 mg
Potas	4876,65 mg
Sód	3015,38 mg
Błonnik pokarmowy	42,92 g
Cukry proste	34,26 g
Węglowodany	308,60 g
Cholesterol	118,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,37 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,18 g
Tłuszcze nienasycone	37,89 g
Tłuszcze nasycone	22,78 g
Tłuszcze	64,27 g
Białka	88,74 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.09.2026, 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, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, 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	Marchew - 190g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 50g	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, 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

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2222,78 kCal
Witamina C	141,94 mg
Witamina B12	2,00 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,64 mg
Niacyna	15,90 mg
Witamina B2	1,64 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	9,23 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,65 mg
Skrobia	271,59 mg
Sól	6317,06 mg
Mangan	3,83 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	8,32 mg
Żelazo	10,76 mg
Magnez	349,03 mg
Fosfor	1261,93 mg
Wapń	937,21 mg
Potas	4907,75 mg
Sód	2525,98 mg
Błonnik pokarmowy	31,02 g
Cukry proste	38,42 g
Węglowodany	384,86 g
Cholesterol	60,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	11,77 g
Tłuszcze nienasycone	23,93 g
Tłuszcze nasycone	18,79 g
Tłuszcze	44,68 g
Białka	85,82 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	→	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)	Jogurt naturalny, 2% 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) - 200ml, Woda - 100ml, 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 - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 100g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 90g, 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

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2480,42 kCal
Witamina C	140,59 mg
Witamina B12	4,30 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,77 mg
Niacyna	15,39 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	12,77 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,01 mg
Skrobia	242,11 mg
Sól	6970,54 mg
Mangan	3,45 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	10,41 mg
Żelazo	12,26 mg
Magnez	372,28 mg
Fosfor	1682,13 mg
Wapń	1269,07 mg
Potas	5274,62 mg
Sód	2786,94 mg
Błonnik pokarmowy	28,88 g
Cukry proste	32,78 g
Węglowodany	355,82 g
Cholesterol	405,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,14 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,28 g
Tłuszcze nienasycone	41,44 g
Tłuszcze nasycone	28,30 g
Tłuszcze	73,94 g
Białka	112,27 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	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)	Jogurt naturalny, 2% 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)
	↻	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	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	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

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1616,77 kCal
Witamina C	94,90 mg
Witamina B12	3,51 µg
Foliany	0,32 mg
Witamina B6	1,87 mg
Niacyna	10,93 mg
Witamina B2	1,95 mg
Witamina B1	0,91 mg
Witamina E	8,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,42 mg
Skrobia	119,93 mg
Sól	5140,79 mg
Mangan	2,52 mg
Miedź	1,13 mg
Cynk	7,87 mg
Żelazo	8,44 mg
Magnez	273,28 mg
Fosfor	1241,98 mg
Wapń	1158,07 mg
Potas	3745,42 mg
Sód	2055,59 mg
Błonnik pokarmowy	21,45 g
Cukry proste	29,53 g
Węglowodany	215,60 g
Cholesterol	263,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,46 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,99 g
Tłuszcze nienasycone	26,99 g
Tłuszcze nasycone	22,08 g
Tłuszcze	52,18 g
Białka	81,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	Bułki pszenne zwykłe, 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)	Napój mleczny jogurtowy	zupa biały barszcz 400ml, surówka z marchewki tartej, Kompot, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	Jogurt naturalny, 2% 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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Ryż biały - 30g, Woda - 100ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Napój mleczny jogurtowy - 150g	Marchew - 190g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 10g, 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) - 60g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 30g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 100g, 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

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2354,97 kCal
Witamina C	142,01 mg
Witamina B12	4,77 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	2,79 mg
Niacyna	14,79 mg
Witamina B2	2,65 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	12,38 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,04 mg
Skrobia	213,51 mg
Sól	5811,64 mg
Mangan	3,18 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	10,33 mg
Żelazo	11,62 mg
Magnez	379,13 mg
Fosfor	1731,53 mg
Wapń	1464,42 mg
Potas	5434,52 mg
Sód	2323,14 mg
Błonnik pokarmowy	27,29 g
Cukry proste	32,68 g
Węglowodany	340,15 g
Cholesterol	445,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,50 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,29 g
Tłuszcze nienasycone	38,64 g
Tłuszcze nasycone	27,34 g
Tłuszcze	70,40 g
Białka	103,62 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	—	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)	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	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 - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 100g, 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, kielbasa 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	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 100g, 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

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2333,32 kCal
Witamina C	112,53 mg
Witamina B12	3,31 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,71 mg
Niacyna	15,24 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	1,26 mg
Witamina E	10,17 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,65 mg
Skrobia	250,42 mg
Sól	5761,94 mg
Mangan	3,79 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	9,27 mg
Żelazo	9,84 mg
Magnez	372,93 mg
Fosfor	1567,28 mg
Wapń	1253,22 mg
Potas	5071,22 mg
Sód	2303,89 mg
Błonnik pokarmowy	31,26 g
Cukry proste	31,26 g
Węglowodany	365,26 g
Cholesterol	84,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,84 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,77 g
Tłuszcze nienasycone	32,38 g
Tłuszcze nasycone	25,57 g
Tłuszcze	60,58 g
Białka	97,60 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, 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, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Groch, nasiona suche - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Marchew - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Cebula - 20g, Kielbasa 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

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2376,22 kCal
Witamina C	210,34 mg
Witamina B12	3,54 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,45 mg
Niacyna	22,99 mg
Witamina B2	2,38 mg
Witamina B1	2,37 mg
Witamina E	12,27 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,68 mg
Skrobia	203,98 mg
Sól	4688,83 mg
Mangan	6,63 mg
Miedź	2,04 mg
Cynk	14,98 mg
Żelazo	15,41 mg
Magnez	466,41 mg
Fosfor	1779,79 mg
Wapń	1136,98 mg
Potas	6092,48 mg
Sód	1870,25 mg
Błonnik pokarmowy	35,96 g
Cukry proste	43,12 g
Węglowodany	349,00 g
Cholesterol	193,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,98 g
Tłuszcze nienasycone	39,66 g
Tłuszcze nasycone	25,00 g
Tłuszcze	69,22 g
Białka	105,94 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.09.2026, 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

	(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 15.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	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)
	↺	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, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 10g, 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

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2381,13 kCal
Witamina C	243,09 mg
Witamina B12	4,17 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,63 mg
Niacyna	26,51 mg
Witamina B2	2,50 mg
Witamina B1	2,43 mg
Witamina E	14,50 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,28 mg
Skrobia	220,26 mg
Sól	3848,56 mg
Mangan	7,66 mg
Miedź	1,91 mg
Cynk	14,05 mg
Żelazo	15,09 mg
Magnez	473,61 mg
Fosfor	1946,39 mg
Wapń	1130,21 mg
Potas	5602,25 mg
Sód	1915,27 mg
Błonnik pokarmowy	35,61 g
Cukry proste	16,94 g
Węglowodany	338,27 g
Cholesterol	315,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,55 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,78 g
Tłuszcze nienasycone	38,33 g
Tłuszcze nasycone	24,81 g
Tłuszcze	69,03 g
Białka	119,32 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.09.2026, 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 zieleciną	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

	(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 15.09.2026, 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, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(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 - 55g, 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 - 450g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, 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

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2361,95 kCal
Witamina C	159,18 mg
Witamina B12	5,31 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,44 mg
Niacyna	26,62 mg
Witamina B2	3,05 mg
Witamina B1	2,53 mg
Witamina E	11,20 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,49 mg
Skrobia	209,60 mg
Sól	5349,35 mg
Mangan	4,00 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	13,25 mg
Żelazo	13,83 mg
Magnez	446,20 mg
Fosfor	2035,40 mg
Wapń	1582,60 mg
Potas	5923,40 mg
Sód	2641,70 mg
Błonnik pokarmowy	27,48 g
Cukry proste	18,54 g
Węglowodany	315,68 g
Cholesterol	313,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,79 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,99 g
Tłuszcze nienasycone	32,44 g
Tłuszcze nasycone	25,06 g
Tłuszcze	63,31 g
Białka	145,60 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	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	Sok jabłkowy
	↻	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, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g	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	Sok jabłkowy - 330g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1719,39 kCal
Witamina C	143,41 mg
Witamina B12	3,10 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,38 mg
Niacyna	19,28 mg
Witamina B2	1,85 mg
Witamina B1	1,84 mg
Witamina E	10,38 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,77 mg
Skrobia	136,20 mg
Sól	3181,44 mg
Mangan	3,20 mg
Miedź	1,30 mg
Cynk	8,62 mg
Żelazo	10,69 mg
Magnez	328,92 mg
Fosfor	1335,63 mg
Wapń	901,62 mg
Potas	4405,28 mg
Sód	1271,61 mg
Błonnik pokarmowy	22,13 g
Cukry proste	40,68 g
Węglowodany	245,91 g
Cholesterol	115,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,56 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,10 g
Tłuszcze nienasycone	28,31 g
Tłuszcze nasycone	18,37 g
Tłuszcze	50,01 g
Białka	82,51 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	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)	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	zupa grysikowa 400ml, pulpet gotowany w sosie koperkowym, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	Chrupki kukurydziane	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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 30g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 640g, Marchew - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 80g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 3g, Koper ogrodowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Chrupki kukurydziane - 25g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 25g, 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

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2393,57 kCal
Witamina C	188,96 mg
Witamina B12	5,11 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,68 mg
Niacyna	23,05 mg
Witamina B2	3,18 mg
Witamina B1	2,19 mg
Witamina E	10,02 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,34 mg
Skrobia	233,63 mg
Sól	4877,84 mg
Mangan	4,31 mg
Miedź	1,84 mg
Cynk	14,73 mg
Żelazo	14,75 mg
Magnez	490,37 mg
Fosfor	2082,42 mg
Wapń	1542,14 mg
Potas	6691,05 mg
Sód	2326,77 mg
Błonnik pokarmowy	32,62 g
Cukry proste	18,17 g
Węglowodany	345,45 g
Cholesterol	332,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,86 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,60 g
Tłuszcze nienasycone	30,11 g
Tłuszcze nasycone	24,69 g
Tłuszcze	60,28 g
Białka	132,79 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.09.2026, 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	zupa warzywna	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) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Marchew - 45g, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Kasza manna *(glu) - 15g, 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	Ryż biały - 25g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g	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

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2242,75 kCal
Witamina C	194,43 mg
Witamina B12	3,47 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,96 mg
Niacyna	29,38 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	2,54 mg
Witamina E	10,61 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,18 mg
Skrobia	236,74 mg
Sól	3992,88 mg
Mangan	4,71 mg
Miedź	1,85 mg
Cynk	11,51 mg
Żelazo	13,58 mg
Magnez	449,79 mg
Fosfor	1755,67 mg
Wapń	1104,22 mg
Potas	6217,84 mg
Sód	1973,26 mg
Błonnik pokarmowy	31,42 g
Cukry proste	16,34 g
Węglowodany	327,11 g
Cholesterol	131,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,26 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,67 g
Tłuszcze nienasycone	29,58 g
Tłuszcze nasycone	22,06 g
Tłuszcze	56,27 g
Białka	121,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	~	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, Kasza gryczana, gotowana, kisiel 300ml, Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), 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 - 200g, Pietruszka, korzeń - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Kalafior, mrożony - 35g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Kasza gryczana, gotowana - 150g	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

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2216,34 kCal
Witamina C	281,30 mg
Witamina B12	3,51 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,83 mg
Niacyna	19,16 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	2,12 mg
Witamina E	11,78 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,75 mg
Skrobia	172,19 mg
Sól	8998,65 mg
Mangan	5,14 mg
Miedź	1,47 mg
Cynk	13,56 mg
Żelazo	13,04 mg
Magnez	473,68 mg
Fosfor	1672,80 mg
Wapń	1146,95 mg
Potas	4991,35 mg
Sód	3598,30 mg
Błonnik pokarmowy	29,56 g
Cukry proste	29,24 g
Węglowodany	309,61 g
Cholesterol	167,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,80 g
Tłuszcze nienasycone	32,86 g
Tłuszcze nasycone	24,15 g
Tłuszcze	63,32 g
Białka	116,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.09.2026, 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 - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, 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

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2025,75 kCal
Witamina C	154,42 mg
Witamina B12	3,13 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,96 mg
Niacyna	17,95 mg
Witamina B2	2,06 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	9,58 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,83 mg
Skrobia	196,22 mg
Sól	5473,71 mg
Mangan	3,05 mg
Miedź	1,41 mg
Cynk	8,90 mg
Żelazo	10,05 mg
Magnez	355,81 mg
Fosfor	1428,62 mg
Wapń	991,33 mg
Potas	5155,07 mg
Sód	2139,79 mg
Błonnik pokarmowy	29,25 g
Cukry proste	14,22 g
Węglowodany	303,48 g
Cholesterol	205,48 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,51 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,16 g
Tłuszcze nienasycone	29,73 g
Tłuszcze nasycone	21,20 g
Tłuszcze	55,56 g
Białka	88,80 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.09.2026, 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 - 90g, 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

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2242,32 kCal
Witamina C	204,69 mg
Witamina B12	2,52 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,19 mg
Niacyna	19,06 mg
Witamina B2	1,97 mg
Witamina B1	1,54 mg
Witamina E	13,98 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,96 mg
Skrobia	212,04 mg
Sól	6784,66 mg
Mangan	7,54 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	12,59 mg
Żelazo	13,36 mg
Magnez	437,29 mg
Fosfor	1606,59 mg
Wapń	1023,91 mg
Potas	5660,00 mg
Sód	2747,77 mg
Błonnik pokarmowy	40,94 g
Cukry proste	29,91 g
Węglowodany	349,21 g
Cholesterol	167,33 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,14 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,43 g
Tłuszcze nienasycone	32,40 g
Tłuszcze nasycone	18,72 g
Tłuszcze	56,16 g
Białka	105,29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	~	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	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	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 - 90g, 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	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2196,07 kCal
Witamina C	133,83 mg
Witamina B12	3,64 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,87 mg
Niacyna	17,78 mg
Witamina B2	2,37 mg
Witamina B1	1,39 mg
Witamina E	8,67 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,92 mg
Skrobia	224,63 mg
Sól	6311,52 mg
Mangan	2,81 mg
Miedź	1,37 mg
Cynk	10,05 mg
Żelazo	10,01 mg
Magnez	376,11 mg
Fosfor	1576,34 mg
Wapń	1211,06 mg
Potas	5310,29 mg
Sód	2474,38 mg
Błonnik pokarmowy	25,92 g
Cukry proste	17,77 g
Węglowodany	352,80 g
Cholesterol	155,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,72 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,17 g
Tłuszcze nienasycone	25,96 g
Tłuszcze nasycone	17,33 g
Tłuszcze	47,37 g
Białka	98,90 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.09.2026, 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, Chleb wiejski *(glu), 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 - 90g, 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) - 50g, Chleb wiejski - 75g, 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

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2523,71 kCal
Witamina C	152,59 mg
Witamina B12	5,29 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,57 mg
Niacyna	21,55 mg
Witamina B2	3,18 mg
Witamina B1	1,65 mg
Witamina E	10,10 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,38 mg
Skrobia	222,02 mg
Sól	6908,57 mg
Mangan	3,37 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	13,09 mg
Żelazo	12,16 mg
Magnez	454,04 mg
Fosfor	2067,99 mg
Wapń	2306,71 mg
Potas	6341,54 mg
Sód	2664,58 mg
Błonnik pokarmowy	31,80 g
Cukry proste	15,39 g
Węglowodany	371,63 g
Cholesterol	340,68 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,94 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,29 g
Tłuszcze nienasycone	34,51 g
Tłuszcze nasycone	23,67 g
Tłuszcze	64,36 g
Białka	126,77 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	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, Chleb wiejski *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu
	↻	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, Chleb wiejski - 25g, 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

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1695,85 kCal
Witamina C	103,36 mg
Witamina B12	3,39 µg
Foliany	0,31 mg
Witamina B6	2,03 mg
Niacyna	12,54 mg
Witamina B2	1,96 mg
Witamina B1	0,96 mg
Witamina E	8,30 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,79 mg
Skrobia	126,64 mg
Sól	4641,96 mg
Mangan	1,95 mg
Miedź	1,04 mg
Cynk	7,11 mg
Żelazo	7,38 mg
Magnez	277,46 mg
Fosfor	1247,87 mg
Wapń	1070,68 mg
Potas	3917,97 mg
Sód	1831,29 mg
Błonnik pokarmowy	20,08 g
Cukry proste	12,84 g
Węglowodany	233,91 g
Cholesterol	178,98 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,70 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,00 g
Tłuszcze nienasycone	26,65 g
Tłuszcze nasycone	20,67 g
Tłuszcze	51,74 g
Białka	80,29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK 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)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), marchewka gotowana, kisiel 300ml, 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 - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Marchew - 190g, Kisiel w proszku - 30g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 640g, Kalafior, mrożony - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 15g, Koper ogrodowy - 4g	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

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2410,62 kCal
Witamina C	177,46 mg
Witamina B12	5,64 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,88 mg
Niacyna	22,02 mg
Witamina B2	3,43 mg
Witamina B1	1,70 mg
Witamina E	9,43 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,82 mg
Skrobia	211,69 mg
Sól	6165,22 mg
Mangan	3,31 mg
Miedź	1,73 mg
Cynk	13,17 mg
Żelazo	12,20 mg
Magnez	498,06 mg
Fosfor	2208,44 mg
Wapń	2604,21 mg
Potas	7230,79 mg
Sód	2462,78 mg
Błonnik pokarmowy	27,91 g
Cukry proste	12,75 g
Węglowodany	377,59 g
Cholesterol	253,25 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,51 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,36 g
Tłuszcze nienasycone	27,48 g
Tłuszcze nasycone	20,47 g
Tłuszcze	52,81 g
Białka	120,06 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	→	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 - 300g	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) - 60g, 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

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2316,64 kCal
Witamina C	129,66 mg
Witamina B12	3,93 µg
Foliany	0,34 mg
Witamina B6	2,63 mg
Niacyna	16,06 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,30 mg
Witamina E	8,01 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,25 mg
Skrobia	224,73 mg
Sól	5904,59 mg
Mangan	3,28 mg
Miedź	1,40 mg
Cynk	9,49 mg
Żelazo	9,96 mg
Magnez	374,55 mg
Fosfor	1606,66 mg
Wapń	1227,46 mg
Potas	4891,07 mg
Sód	2264,23 mg
Błonnik pokarmowy	27,90 g
Cukry proste	10,55 g
Węglowodany	360,88 g
Cholesterol	221,48 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,78 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,22 g
Tłuszcze nienasycone	29,28 g
Tłuszcze nasycone	22,55 g
Tłuszcze	56,95 g
Białka	100,39 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK 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, Kompot, Mizeria ze śmietaną12% tłuszczu, Ziemniaki gotowane	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 - 500g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, 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

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2181,33 kCal
Witamina C	131,86 mg
Witamina B12	3,97 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	3,21 mg
Niacyna	24,57 mg
Witamina B2	2,36 mg
Witamina B1	2,06 mg
Witamina E	8,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,22 mg
Skrobia	176,04 mg
Sól	5893,09 mg
Mangan	4,46 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	10,90 mg
Żelazo	12,14 mg
Magnez	387,80 mg
Fosfor	1746,78 mg
Wapń	983,07 mg
Potas	5142,53 mg
Sód	2355,36 mg
Błonnik pokarmowy	28,23 g
Cukry proste	31,69 g
Węglowodany	305,14 g
Cholesterol	157,78 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,94 g
Tłuszcze nienasycone	32,20 g
Tłuszcze nasycone	26,01 g
Tłuszcze	63,66 g
Białka	113,54 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.09.2026, 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) - 3g, 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, łopatką - 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

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2050,40 kCal
Witamina C	209,75 mg
Witamina B12	3,53 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,05 mg
Niacyna	22,58 mg
Witamina B2	2,19 mg
Witamina B1	1,91 mg
Witamina E	11,79 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,16 mg
Skrobia	203,97 mg
Sól	5352,03 mg
Mangan	4,02 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	11,50 mg
Żelazo	12,90 mg
Magnez	396,12 mg
Fosfor	1553,35 mg
Wapń	1085,16 mg
Potas	5602,38 mg
Sód	1778,98 mg
Błonnik pokarmowy	29,27 g
Cukry proste	14,61 g
Węglowodany	301,25 g
Cholesterol	146,08 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,13 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,20 g
Tłuszcze nienasycone	31,80 g
Tłuszcze nasycone	22,54 g
Tłuszcze	58,48 g
Białka	93,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	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, Papryka czerwona, 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, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2351,25 kCal
Witamina C	279,97 mg
Witamina B12	4,65 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,47 mg
Niacyna	23,10 mg
Witamina B2	2,55 mg
Witamina B1	2,11 mg
Witamina E	14,19 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,31 mg
Skrobia	211,43 mg
Sól	6028,69 mg
Mangan	7,54 mg
Miedź	1,97 mg
Cynk	15,45 mg
Żelazo	16,42 mg
Magnez	488,03 mg
Fosfor	1914,00 mg
Wapń	1269,85 mg
Potas	6374,61 mg
Sód	2143,79 mg
Błonnik pokarmowy	41,61 g
Cukry proste	26,04 g
Węglowodany	355,29 g
Cholesterol	164,08 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,62 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,33 g
Tłuszcze nienasycone	35,40 g
Tłuszcze nasycone	25,64 g
Tłuszcze	66,04 g
Białka	103,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miódowa 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 miódowa 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, łopata - 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

	(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 17.09.2026, 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	Chrupki kukurydziane	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, 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	mieszaneczka 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, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatka - 180g, Ryż biały - 50g, Bułka tarta *(glu) - 5g	Chrupki kukurydziane - 30g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, marmolada wieloowocowa - 40g, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2425,35 kCal
Witamina C	179,72 mg
Witamina B12	4,01 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,26 mg
Niacyna	26,14 mg
Witamina B2	2,38 mg
Witamina B1	2,31 mg
Witamina E	10,08 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	244,66 mg
Sól	5815,05 mg
Mangan	4,17 mg
Miedź	1,60 mg
Cynk	13,86 mg
Żelazo	13,78 mg
Magnez	426,15 mg
Fosfor	1761,75 mg
Wapń	1087,75 mg
Potas	5732,75 mg
Sód	1964,00 mg
Błonnik pokarmowy	32,93 g
Cukry proste	34,94 g
Węglowodany	369,84 g
Cholesterol	187,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,18 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,66 g
Tłuszcze nienasycone	34,31 g
Tłuszcze nasycone	24,29 g
Tłuszcze	63,14 g
Białka	112,11 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.09.2026, 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

	(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 17.09.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	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, Pomidor, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	SKYR naturalny *(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, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	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, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g	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	SKYR naturalny *(mle) - 140g	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, Sałata - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2578,05 kCal
Witamina C	248,01 mg
Witamina B12	5,86 µg
Foliany	0,57 mg
Witamina B6	3,69 mg
Niacyna	25,62 mg
Witamina B2	2,98 mg
Witamina B1	2,27 mg
Witamina E	13,25 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,50 mg
Skrobia	211,57 mg
Sól	6207,00 mg
Mangan	4,15 mg
Miedź	1,73 mg
Cynk	13,55 mg
Żelazo	13,94 mg
Magnez	472,10 mg
Fosfor	1986,95 mg
Wapń	1733,45 mg
Potas	6881,40 mg
Sód	2564,70 mg
Błonnik pokarmowy	33,47 g
Cukry proste	45,02 g
Węglowodany	368,24 g
Cholesterol	197,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,65 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,77 g
Tłuszcze nienasycone	36,64 g
Tłuszcze nasycone	29,12 g
Tłuszcze	70,90 g
Białka	134,27 g

	(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

	(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 18.09.2026, 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, gouda tłusty *(mle)	zupa zacierkowa, buraczki duszone, gołąbek w sosie, Kompot, Ziemniaki gotowane	szynka biała *(gor, glu), 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	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, gouda tłusty - 50g	Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 7g, Koper ogrodowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, 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	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 45g, 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

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2230,18 kCal
Witamina C	244,94 mg
Witamina B12	6,09 µg
Foliany	0,58 mg
Witamina B6	2,69 mg
Niacyna	16,13 mg
Witamina B2	2,05 mg
Witamina B1	1,35 mg
Witamina E	14,89 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,84 mg
Skrobia	211,49 mg
Sól	5659,32 mg
Mangan	5,45 mg
Miedź	1,69 mg
Cynk	12,83 mg
Żelazo	13,56 mg
Magnez	413,43 mg
Fosfor	1799,53 mg
Wapń	1489,18 mg
Potas	5525,39 mg
Sód	2261,75 mg
Błonnik pokarmowy	32,83 g
Cukry proste	36,20 g
Węglowodany	330,52 g
Cholesterol	356,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,70 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,84 g
Tłuszcze nienasycone	31,84 g
Tłuszcze nasycone	26,65 g
Tłuszcze	62,41 g
Białka	102,85 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.09.2026, 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

	(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 18.09.2026, 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

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
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 18.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	~	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
	☺	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	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 - 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

	(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 18.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	→	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	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, 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	Olej rzepakowy - 5g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Mieszaneczka 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

	(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 18.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	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
	↻	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, 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

	(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 18.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	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
	↺	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

	(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 18.09.2026, 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

	(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 19.09.2026, SOBOTA

		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), Kielbasa 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	kielbasa 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	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Kielbasa podwawelska - 60g, 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) - 250ml, Koper ogrodowy - 4g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 40g, kielbasa żywiecka - 25g, 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, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2197,16 kCal
Witamina C	341,65 mg
Witamina B12	32,82 µg
Foliany	0,59 mg
Witamina B6	4,01 mg
Niacyna	38,68 mg
Witamina B2	5,61 mg
Witamina B1	1,68 mg
Witamina E	14,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	17,70 mg
Skrobia	202,85 mg
Sól	4859,19 mg
Mangan	5,03 mg
Miedź	2,43 mg
Cynk	15,97 mg
Żelazo	31,90 mg
Magnez	425,07 mg
Fosfor	1881,11 mg
Wapń	995,26 mg
Potas	6052,25 mg
Sód	1941,64 mg
Błonnik pokarmowy	33,87 g
Cukry proste	24,80 g
Węglowodany	313,75 g
Cholesterol	540,98 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,83 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,59 g
Tłuszcze nienasycone	40,98 g
Tłuszcze nasycone	22,93 g
Tłuszcze	67,81 g
Białka	99,52 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	h	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 - 590g, 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

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2093,42 kCal
Witamina C	224,07 mg
Witamina B12	2,53 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,98 mg
Niacyna	16,98 mg
Witamina B2	1,88 mg
Witamina B1	1,38 mg
Witamina E	10,73 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,50 mg
Skrobia	202,85 mg
Sól	5488,71 mg
Mangan	3,46 mg
Miedź	1,49 mg
Cynk	7,85 mg
Żelazo	13,43 mg
Magnez	371,81 mg
Fosfor	1272,28 mg
Wapń	1055,41 mg
Potas	5620,10 mg
Sód	2292,88 mg
Błonnik pokarmowy	29,67 g
Cukry proste	22,16 g
Węglowodany	297,83 g
Cholesterol	171,18 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,08 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,88 g
Tłuszcze nienasycone	23,86 g
Tłuszcze nasycone	23,31 g
Tłuszcze	60,22 g
Białka	103,94 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	~	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, Mieszanaka 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

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
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 19.09.2026, 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) - 25g, 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 - 590g, 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

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2068,51 kCal
Witamina C	229,74 mg
Witamina B12	3,09 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	3,60 mg
Niacyna	27,19 mg
Witamina B2	2,02 mg
Witamina B1	2,26 mg
Witamina E	10,97 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,82 mg
Skrobia	220,03 mg
Sól	6055,81 mg
Mangan	3,24 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	9,36 mg
Żelazo	11,64 mg
Magnez	373,08 mg
Fosfor	1483,37 mg
Wapń	978,68 mg
Potas	5837,37 mg
Sód	2420,34 mg
Błonnik pokarmowy	28,47 g
Cukry proste	21,98 g
Węglowodany	310,38 g
Cholesterol	118,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,85 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,42 g
Tłuszcze nienasycone	26,18 g
Tłuszcze nasycone	17,63 g
Tłuszcze	46,96 g
Białka	115,67 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	↪	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)
	↻	Kasza manna *(glu) - 25g, 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 - 590g, Marchew - 120g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, ozory wieprzowe - 110g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, 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 - 400g	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

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2212,17 kCal
Witamina C	230,19 mg
Witamina B12	3,53 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,27 mg
Niacyna	17,48 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,51 mg
Witamina E	9,91 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,48 mg
Skrobia	194,46 mg
Sól	6351,96 mg
Mangan	3,37 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	9,82 mg
Żelazo	14,58 mg
Magnez	428,06 mg
Fosfor	1583,43 mg
Wapń	1464,06 mg
Potas	6380,05 mg
Sód	2660,08 mg
Błonnik pokarmowy	31,88 g
Cukry proste	22,75 g
Węglowodany	309,62 g
Cholesterol	196,83 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,90 g
Tłuszcze jednonienasycone	11,93 g
Tłuszcze nienasycone	21,74 g
Tłuszcze nasycone	24,29 g
Tłuszcze	61,35 g
Białka	120,05 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	7	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 zieleciną	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

	(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 19.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	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)
	↺	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

	(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 19.09.2026, 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 - 590g, Marchew - 85g, Pietruszka, korzeń - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, 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

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2131,35 kCal
Witamina C	216,09 mg
Witamina B12	4,56 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,53 mg
Niacyna	26,59 mg
Witamina B2	2,72 mg
Witamina B1	2,42 mg
Witamina E	9,60 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,94 mg
Skrobia	192,07 mg
Sól	6444,88 mg
Mangan	3,24 mg
Miedź	1,43 mg
Cynk	10,90 mg
Żelazo	11,24 mg
Magnez	415,49 mg
Fosfor	1788,12 mg
Wapń	1454,47 mg
Potas	5996,04 mg
Sód	2576,01 mg
Błonnik pokarmowy	25,96 g
Cukry proste	17,92 g
Węglowodany	295,85 g
Cholesterol	140,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,45 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,38 g
Tłuszcze nienasycone	28,74 g
Tłuszcze nasycone	20,83 g
Tłuszcze	53,19 g
Białka	130,37 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	↪	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 zabieleny 400ml, surówka z marchwi i jabłka, kasza kuskus gotowana, Kompot, kotlet pożarski *(glu, jaj, mle)	południca 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)
	↻	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) - 150g, 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, połędwica 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

	(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 20.09.2026, 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, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kasza kuskus gotowana, 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, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 290g, Burak - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 150g, 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

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2241,51 kCal
Witamina C	170,70 mg
Witamina B12	3,58 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,66 mg
Niacyna	20,04 mg
Witamina B2	2,52 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	11,36 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,04 mg
Skrobia	139,24 mg
Sól	5417,22 mg
Mangan	4,15 mg
Miedź	1,76 mg
Cynk	10,51 mg
Żelazo	12,81 mg
Magnez	439,11 mg
Fosfor	1603,31 mg
Wapń	1073,02 mg
Potas	6031,20 mg
Sód	2164,91 mg
Błonnik pokarmowy	31,00 g
Cukry proste	37,42 g
Węglowodany	398,20 g
Cholesterol	297,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,27 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,72 g
Tłuszcze nienasycone	42,87 g
Tłuszcze nasycone	23,98 g
Tłuszcze	73,06 g
Białka	106,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	→	polędwica z majerankiem, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), 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, Kasza gryczana, gotowana, Kompot	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)
	↺	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 wiejski - 25g, 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 - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza gryczana, gotowana - 150g	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

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2336,03 kCal
Witamina C	299,81 mg
Witamina B12	1,90 µg
Foliany	0,60 mg
Witamina B6	4,16 mg
Niacyna	24,47 mg
Witamina B2	1,96 mg
Witamina B1	1,70 mg
Witamina E	14,41 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,88 mg
Skrobia	220,00 mg
Sól	5958,06 mg
Mangan	8,45 mg
Miedź	2,23 mg
Cynk	14,72 mg
Żelazo	17,57 mg
Magnez	570,33 mg
Fosfor	1851,18 mg
Wapń	769,21 mg
Potas	6556,55 mg
Sód	2464,73 mg
Błonnik pokarmowy	47,80 g
Cukry proste	30,84 g
Węglowodany	345,76 g
Cholesterol	220,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,76 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,20 g
Tłuszcze nienasycone	48,27 g
Tłuszcze nasycone	17,74 g
Tłuszcze	71,72 g
Białka	115,47 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.09.2026, 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, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kasza kuskus gotowana, 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	Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, 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, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 150g, 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

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2146,46 kCal
Witamina C	173,13 mg
Witamina B12	1,88 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,15 mg
Niacyna	21,03 mg
Witamina B2	1,69 mg
Witamina B1	1,26 mg
Witamina E	12,34 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,26 mg
Skrobia	167,84 mg
Sól	5491,17 mg
Mangan	3,70 mg
Miedź	1,74 mg
Cynk	10,10 mg
Żelazo	13,61 mg
Magnez	371,56 mg
Fosfor	1331,56 mg
Wapń	783,67 mg
Potas	5499,25 mg
Sód	2278,91 mg
Błonnik pokarmowy	34,44 g
Cukry proste	25,70 g
Węglowodany	391,37 g
Cholesterol	217,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,37 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,96 g
Tłuszcze nienasycone	40,20 g
Tłuszcze nasycone	16,66 g
Tłuszcze	62,40 g
Białka	111,91 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	↪	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, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kasza kuskus gotowana, 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)
	↻	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, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 150g, 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

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2318,73 kCal
Witamina C	147,29 mg
Witamina B12	4,10 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	2,86 mg
Niacyna	18,86 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	1,25 mg
Witamina E	10,89 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,71 mg
Skrobia	152,26 mg
Sól	5581,16 mg
Mangan	3,13 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	11,15 mg
Żelazo	13,92 mg
Magnez	374,43 mg
Fosfor	1629,13 mg
Wapń	1192,06 mg
Potas	5311,55 mg
Sód	2314,98 mg
Błonnik pokarmowy	28,75 g
Cukry proste	23,50 g
Węglowodany	390,18 g
Cholesterol	481,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,58 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,17 g
Tłuszcze nienasycone	42,91 g
Tłuszcze nasycone	25,13 g
Tłuszcze	74,91 g
Białka	126,85 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	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, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kasza kuskus gotowana, 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)
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, polędwica z majerankiem - 50g, 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 - 150g, Marchew - 200g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 80g, 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 - 50g, 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

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1704,03 kCal
Witamina C	103,55 mg
Witamina B12	2,76 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	1,76 mg
Niacyna	12,36 mg
Witamina B2	1,68 mg
Witamina B1	0,78 mg
Witamina E	10,78 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,94 mg
Skrobia	87,09 mg
Sól	4714,26 mg
Mangan	2,02 mg
Miedź	1,10 mg
Cynk	6,97 mg
Żelazo	9,14 mg
Magnez	248,68 mg
Fosfor	1082,98 mg
Wapń	1035,26 mg
Potas	3591,00 mg
Sód	1929,83 mg
Błonnik pokarmowy	20,48 g
Cukry proste	35,45 g
Węglowodany	253,28 g
Cholesterol	227,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,99 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,77 g
Tłuszcze nienasycone	42,32 g
Tłuszcze nasycone	22,39 g
Tłuszcze	69,51 g
Białka	82,45 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	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)
	↺	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 - 20g, 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

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2413,53 kCal
Witamina C	152,16 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	188,70 mg
Sól	5620,76 mg
Mangan	3,99 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	12,64 mg
Żelazo	14,86 mg
Magnez	416,73 mg
Fosfor	1886,58 mg
Wapń	1658,56 mg
Potas	6050,90 mg
Sód	2330,63 mg
Błonnik pokarmowy	33,08 g
Cukry proste	25,27 g
Węglowodany	351,07 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	71,86 g
Białka	118,27 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	→	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, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kasza kuskus gotowana, 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, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Boćwina - 40g, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 150g, 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

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2254,48 kCal
Witamina C	123,21 mg
Witamina B12	3,60 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	2,79 mg
Niacyna	18,64 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	1,26 mg
Witamina E	10,65 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,49 mg
Skrobia	162,42 mg
Sól	5799,81 mg
Mangan	3,46 mg
Miedź	1,60 mg
Cynk	10,67 mg
Żelazo	12,93 mg
Magnez	378,63 mg
Fosfor	1564,08 mg
Wapń	1176,91 mg
Potas	5144,05 mg
Sód	2402,68 mg
Błonnik pokarmowy	30,76 g
Cukry proste	22,40 g
Węglowodany	382,41 g
Cholesterol	335,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,49 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,15 g
Tłuszcze nienasycone	43,01 g
Tłuszcze nasycone	24,22 g
Tłuszcze	73,52 g
Białka	122,68 g