

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	↵	polędwica z majerankiem, 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, gouda tłusty *(mle)	zupa grochowa 400ml, pyzy z mięsem, surówka z marchewki tartej, Kompot	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	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 25g, 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, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, gouda tłusty - 30g	Groch, nasiona suche - 25g, Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Marchew - 170g, Ziemniaki, średnio - 600g, Woda - 500ml, Cebula - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Skrobia ziemniaczana - 15g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Noga (udo) kurczaka - 40g, Wieprzowina, łopatka - 40g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 50ml, Kaszanka gryczana - 80g, Cebula - 20g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2334,00 kCal
Witamina C	235,92 mg
Witamina B12	5,15 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,62 mg
Niacyna	21,63 mg
Witamina B2	2,64 mg
Witamina B1	1,94 mg
Witamina E	12,73 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,87 mg
Skrobia	212,03 mg
Sól	6161,40 mg
Mangan	6,06 mg
Miedź	2,06 mg
Cynk	14,17 mg
Żelazo	14,57 mg
Magnez	499,70 mg
Fosfor	2010,10 mg
Wapń	1501,10 mg
Potas	6461,85 mg
Sód	2462,75 mg
Błonnik pokarmowy	37,34 g
Cukry proste	18,23 g
Węglowodany	339,10 g
Cholesterol	246,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,50 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,10 g
Tłuszcze nienasycone	40,77 g
Tłuszcze nasycone	28,42 g
Tłuszcze	73,54 g
Białka	106,21 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.10.2026, 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	kiełbasa 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, Marchew - 70g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Szpinak, mrożony - 35g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 40g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, kiełbasa 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 19.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK 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, surówka z warzyw mieszanych, Kompot	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)
	G	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) - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Szpinak, mrożony - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Noga (udo) kurczaka - 40g, Wieprzowina, łopatka - 40g, Cebula - 30g, Marchew - 65g, Skrobia ziemniaczana - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Kapusta biała - 90g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	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	2374,28 kCal
Witamina C	267,09 mg
Witamina B12	5,21 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,79 mg
Niacyna	22,29 mg
Witamina B2	2,76 mg
Witamina B1	2,04 mg
Witamina E	15,20 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,19 mg
Skrobia	224,58 mg
Sól	5394,79 mg
Mangan	7,91 mg
Miedź	2,11 mg
Cynk	15,35 mg
Żelazo	15,75 mg
Magnez	518,60 mg
Fosfor	2046,88 mg
Wapń	1261,72 mg
Potas	6613,28 mg
Sód	2195,36 mg
Błonnik pokarmowy	41,32 g
Cukry proste	25,80 g
Węglowodany	356,55 g
Cholesterol	414,83 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,44 g
Tłuszcze nienasycone	36,86 g
Tłuszcze nasycone	24,45 g
Tłuszcze	68,31 g
Białka	104,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.10.2026, 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	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem
	G	Płatki owsiane - 25g, Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab biały *(soj) - 30g, 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 - 290g, 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	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem - 375g

*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	2338,43 kCal
Witamina C	251,26 mg
Witamina B12	4,32 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,32 mg
Niacyna	14,09 mg
Witamina B2	2,42 mg
Witamina B1	1,40 mg
Witamina E	12,10 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,98 mg
Skrobia	232,08 mg
Sól	5023,89 mg
Mangan	4,48 mg
Miedź	1,70 mg
Cynk	9,59 mg
Żelazo	12,64 mg
Magnez	378,55 mg
Fosfor	1612,83 mg
Wapń	1971,92 mg
Potas	4746,98 mg
Sód	2032,06 mg
Błonnik pokarmowy	30,71 g
Cukry proste	31,45 g
Węglowodany	377,53 g
Cholesterol	104,08 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,42 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,00 g
Tłuszcze nienasycone	28,43 g
Tłuszcze nasycone	22,19 g
Tłuszcze	55,83 g
Białka	97,65 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.10.2026, 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) - 60g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, 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) - 100g, 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 - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2169,08 kCal
Witamina C	226,01 mg
Witamina B12	4,13 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	1,97 mg
Niacyna	11,89 mg
Witamina B2	2,49 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	11,53 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,10 mg
Skrobia	194,47 mg
Sól	5491,99 mg
Mangan	4,00 mg
Miedź	1,49 mg
Cynk	9,50 mg
Żelazo	12,13 mg
Magnez	338,55 mg
Fosfor	1578,48 mg
Wapń	1289,32 mg
Potas	4017,08 mg
Sód	2621,11 mg
Błonnik pokarmowy	25,13 g
Cukry proste	23,71 g
Węglowodany	294,40 g
Cholesterol	305,48 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,25 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,38 g
Tłuszcze nienasycone	29,64 g
Tłuszcze nasycone	25,22 g
Tłuszcze	62,92 g
Białka	119,81 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.10.2026, 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 - 55g, 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 - 55g, 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	1673,85 kCal
Witamina C	185,31 mg
Witamina B12	3,75 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	1,72 mg
Niacyna	9,53 mg
Witamina B2	2,28 mg
Witamina B1	1,04 mg
Witamina E	10,80 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,67 mg
Skrobia	132,15 mg
Sól	3369,00 mg
Mangan	3,36 mg
Miedź	1,31 mg
Cynk	8,36 mg
Żelazo	10,98 mg
Magnez	313,75 mg
Fosfor	1356,70 mg
Wapń	1146,80 mg
Potas	3693,55 mg
Sód	1378,25 mg
Błonnik pokarmowy	24,55 g
Cukry proste	25,43 g
Węglowodany	245,92 g
Cholesterol	268,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,55 g
Tłuszcze nienasycone	23,58 g
Tłuszcze nasycone	19,62 g
Tłuszcze	48,09 g
Białka	77,45 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.10.2026, 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	serek wiejski lekki *(mle)
	↺	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 1g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, 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 - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g, marmolada wieloowocowa - 9g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Szpinak, mrożony - 20g, Ziemniaki, średnio - 290g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 80g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 90g, Truskawki, mrożone - 1	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka gotowana wieprzowa - 45g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C02) Dieta Łatwostrawna(6):
Kalorie	2396,40 kCal
Witamina C	164,44 mg
Witamina B12	4,32 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,09 mg
Niacyna	13,01 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	9,33 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	0,87 mg
Skrobia	252,56 mg
Sól	5546,44 mg
Mangan	4,00 mg
Miedź	1,46 mg
Cynk	10,03 mg
Żelazo	11,89 mg
Magnez	356,10 mg
Fosfor	1670,47 mg
Wapń	1335,02 mg
Potas	4196,88 mg
Sód	2601,72 mg
Błonnik pokarmowy	23,10 g
Cukry proste	21,65 g
Węglowodany	357,24 g
Cholesterol	280,68 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,82 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,66 g
Tłuszcze nienasycone	27,48 g
Tłuszcze nasycone	25,48 g
Tłuszcze	59,85 g
Białka	119,92 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	⌒	płatki owsiane na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, 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, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	serek wiejski lekki *(mle)
	⌒	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Płatki owsiane - 25g, Woda - 50ml, Schab biały *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	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 - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa - 40g, 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, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2030,75 kCal
Witamina C	214,81 mg
Witamina B12	3,60 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,13 mg
Niacyna	12,71 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	1,25 mg
Witamina E	8,46 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,84 mg
Skrobia	197,67 mg
Sól	4892,38 mg
Mangan	4,39 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	9,17 mg
Żelazo	11,76 mg
Magnez	355,25 mg
Fosfor	1491,28 mg
Wapń	1234,05 mg
Potas	4114,84 mg
Sód	2373,34 mg
Błonnik pokarmowy	27,03 g
Cukry proste	22,02 g
Węglowodany	299,48 g
Cholesterol	260,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,56 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,04 g
Tłuszcze nienasycone	23,60 g
Tłuszcze nasycone	21,88 g
Tłuszcze	52,44 g
Białka	104,47 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	połędwica 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, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle), Śliwki	zupa brokułowa 400ml, Kompot, surówka z selera *(sel), sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Krakowska parzona, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, połędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g, Śliwki - 80g	Brokuły, mrożone - 30g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 80g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 25g, Seler korzeniowy *(sel) - 140g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Koper ogrodowy - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Jabłko - 30g, jogurt typ grecki *(mle) - 5ml, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, karkówka - 100g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 50ml, Krakowska parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2075,19 kCal
Witamina C	150,52 mg
Witamina B12	3,04 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	3,04 mg
Niacyna	19,84 mg
Witamina B2	2,01 mg
Witamina B1	1,84 mg
Witamina E	8,92 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,85 mg
Skrobia	183,42 mg
Sól	4751,07 mg
Mangan	4,67 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	11,86 mg
Żelazo	11,78 mg
Magnez	369,36 mg
Fosfor	1480,95 mg
Wapń	1094,04 mg
Potas	5325,22 mg
Sód	1944,13 mg
Błonnik pokarmowy	34,70 g
Cukry proste	37,42 g
Węglowodany	308,20 g
Cholesterol	136,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,26 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,97 g
Tłuszcze nienasycone	31,25 g
Tłuszcze nasycone	25,56 g
Tłuszcze	60,89 g
Białka	89,50 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK 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	Marchew - 80g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Wieprzowina, łopatka - 85g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 590g, 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	2261,42 kCal
Witamina C	193,66 mg
Witamina B12	4,07 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,56 mg
Niacyna	22,53 mg
Witamina B2	2,72 mg
Witamina B1	1,95 mg
Witamina E	9,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,13 mg
Skrobia	195,57 mg
Sól	4001,88 mg
Mangan	3,85 mg
Miedź	1,73 mg
Cynk	12,28 mg
Żelazo	12,91 mg
Magnez	378,01 mg
Fosfor	1726,44 mg
Wapń	972,23 mg
Potas	6113,83 mg
Sód	1550,75 mg
Błonnik pokarmowy	29,40 g
Cukry proste	28,40 g
Węglowodany	338,24 g
Cholesterol	165,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,16 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,60 g
Tłuszcze nienasycone	30,71 g
Tłuszcze nasycone	24,59 g
Tłuszcze	58,70 g
Białka	109,65 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.10.2026, 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, surówka z selera *(sel), 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)
	G	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 - 85g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 155g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Jabłko - 30g, jogurt typ grecki *(mle) - 5ml, Ziemniaki, średnio - 590g, 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	2173,20 kCal
Witamina C	190,28 mg
Witamina B12	3,80 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,68 mg
Niacyna	22,60 mg
Witamina B2	2,56 mg
Witamina B1	1,96 mg
Witamina E	12,88 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,06 mg
Skrobia	204,04 mg
Sól	5149,91 mg
Mangan	7,02 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	14,50 mg
Żelazo	13,60 mg
Magnez	461,82 mg
Fosfor	1876,65 mg
Wapń	1117,06 mg
Potas	6388,82 mg
Sód	2009,75 mg
Błonnik pokarmowy	43,49 g
Cukry proste	24,82 g
Węglowodany	338,15 g
Cholesterol	155,38 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,10 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,06 g
Tłuszcze nienasycone	32,57 g
Tłuszcze nasycone	22,78 g
Tłuszcze	59,25 g
Białka	93,28 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.10.2026, 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), Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(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) - 70g, Koper ogrodowy - 10g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Wieprzowina, łopatka - 85g, 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, Cukier - 2g, Burak - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Kalafior, mrożony - 30g	szynka biała - 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 - 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	1987,79 kCal
Witamina C	197,26 mg
Witamina B12	2,99 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,30 mg
Niacyna	24,80 mg
Witamina B2	2,14 mg
Witamina B1	1,87 mg
Witamina E	7,95 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,20 mg
Skrobia	234,90 mg
Sól	4737,92 mg
Mangan	3,97 mg
Miedź	1,82 mg
Cynk	11,84 mg
Żelazo	14,00 mg
Magnez	408,43 mg
Fosfor	1497,17 mg
Wapń	892,20 mg
Potas	6387,16 mg
Sód	1845,11 mg
Błonnik pokarmowy	30,76 g
Cukry proste	15,87 g
Węglowodany	337,95 g
Cholesterol	126,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	6,42 g
Tłuszcze jednonienasycone	10,90 g
Tłuszcze nienasycone	19,69 g
Tłuszcze nasycone	14,96 g
Tłuszcze	36,80 g
Białka	91,35 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.10.2026, 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)	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	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 - 85g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Koper ogrodowy - 7g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Burak - 120g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, 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	2263,45 kCal
Witamina C	176,67 mg
Witamina B12	4,04 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,26 mg
Niacyna	22,52 mg
Witamina B2	2,57 mg
Witamina B1	1,91 mg
Witamina E	7,83 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	238,93 mg
Sól	5457,83 mg
Mangan	3,97 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	12,50 mg
Żelazo	13,67 mg
Magnez	400,63 mg
Fosfor	1698,95 mg
Wapń	1126,56 mg
Potas	6096,64 mg
Sód	2133,01 mg
Błonnik pokarmowy	29,34 g
Cukry proste	18,13 g
Węglowodany	358,47 g
Cholesterol	160,27 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,34 g
Tłuszcze nienasycone	26,69 g
Tłuszcze nasycone	22,08 g
Tłuszcze	51,60 g
Białka	105,52 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.10.2026, 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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, 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 20.10.2026, 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) - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Koper ogrodowy - 7g, 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, Smietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g	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	2472,33 kCal
Witamina C	182,07 mg
Witamina B12	4,70 µg
Foliany	0,60 mg
Witamina B6	3,35 mg
Niacyna	22,37 mg
Witamina B2	2,95 mg
Witamina B1	1,88 mg
Witamina E	10,10 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,05 mg
Skrobia	229,79 mg
Sól	5799,78 mg
Mangan	4,74 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	13,70 mg
Żelazo	15,04 mg
Magnez	422,75 mg
Fosfor	1902,46 mg
Wapń	1217,07 mg
Potas	6351,50 mg
Sód	2269,71 mg
Błonnik pokarmowy	31,25 g
Cukry proste	18,80 g
Węglowodany	371,58 g
Cholesterol	207,84 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,97 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,29 g
Tłuszcze nienasycone	33,43 g
Tłuszcze nasycone	25,78 g
Tłuszcze	62,69 g
Białka	120,50 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.10.2026, 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	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 15g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g	Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, 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 21.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	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 ziemniaczana *(glu, sel, mle), kurczak pieczony, kasza kuskus gotowana, Kompot, 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, Ogórek, pasta z łososia wędzonego, Sałata	Banan
	G	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	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 550ml, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 220g, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 150g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta biała - 90g, Olej rzepakowy - 2g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 20g, Koper ogrodowy - 2g, ocet - 1g, Cukier - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Koper ogrodowy - 15g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 25g, łosoś brzuszek - 30g, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Banan - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2240,45 kCal
Witamina C	216,44 mg
Witamina B12	3,30 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	3,19 mg
Niacyna	18,34 mg
Witamina B2	2,38 mg
Witamina B1	1,17 mg
Witamina E	11,53 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,25 mg
Skrobia	128,58 mg
Sól	5839,62 mg
Mangan	4,88 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	11,36 mg
Żelazo	11,78 mg
Magnez	421,68 mg
Fosfor	1658,67 mg
Wapń	959,50 mg
Potas	5017,46 mg
Sód	2393,86 mg
Błonnik pokarmowy	30,07 g
Cukry proste	32,33 g
Węglowodany	388,01 g
Cholesterol	263,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,32 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,22 g
Tłuszcze nienasycone	36,07 g
Tłuszcze nasycone	21,12 g
Tłuszcze	72,52 g
Białka	111,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	→	kielbasa 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) - 280ml, Woda - 20ml, Marchew - 50g, kielbasa 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 - 200g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 4g, 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	2095,86 kCal
Witamina C	181,11 mg
Witamina B12	3,41 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,32 mg
Niacyna	16,26 mg
Witamina B2	2,17 mg
Witamina B1	1,12 mg
Witamina E	18,86 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,12 mg
Skrobia	171,68 mg
Sól	5434,27 mg
Mangan	3,48 mg
Miedź	1,30 mg
Cynk	9,38 mg
Żelazo	10,53 mg
Magnez	356,31 mg
Fosfor	1580,86 mg
Wapń	1052,52 mg
Potas	4280,25 mg
Sód	2027,71 mg
Błonnik pokarmowy	26,13 g
Cukry proste	12,11 g
Węglowodany	297,79 g
Cholesterol	240,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,57 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,17 g
Tłuszcze nienasycone	39,36 g
Tłuszcze nasycone	20,65 g
Tłuszcze	64,97 g
Białka	92,24 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.10.2026, 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) - 20g, 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) - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 140g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 220ml, Koper ogrodowy - 15g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 25g, łosoś brzuski - 30g, 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 - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, polędwica z majerankiem - 10g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2217,43 kCal
Witamina C	198,78 mg
Witamina B12	3,04 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,27 mg
Niacyna	15,38 mg
Witamina B2	2,09 mg
Witamina B1	1,10 mg
Witamina E	14,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,51 mg
Skrobia	164,34 mg
Sól	6393,33 mg
Mangan	6,57 mg
Miedź	1,46 mg
Cynk	11,83 mg
Żelazo	12,66 mg
Magnez	377,95 mg
Fosfor	1642,96 mg
Wapń	991,71 mg
Potas	4112,65 mg
Sód	2920,50 mg
Błonnik pokarmowy	33,36 g
Cukry proste	25,24 g
Węglowodany	277,69 g
Cholesterol	234,13 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,80 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,69 g
Tłuszcze nienasycone	42,10 g
Tłuszcze nasycone	23,21 g
Tłuszcze	81,91 g
Białka	112,61 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.10.2026, 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 - 110g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Marchew - 250g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kalafior, mrożony - 70g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 4g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 1	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 - 20g, 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	1990,17 kCal
Witamina C	142,04 mg
Witamina B12	3,55 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,75 mg
Niacyna	19,55 mg
Witamina B2	2,46 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	11,32 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,75 mg
Skrobia	187,23 mg
Sól	6496,87 mg
Mangan	3,25 mg
Miedź	1,60 mg
Cynk	10,87 mg
Żelazo	12,03 mg
Magnez	424,36 mg
Fosfor	1715,84 mg
Wapń	2024,86 mg
Potas	5539,69 mg
Sód	2548,78 mg
Błonnik pokarmowy	31,72 g
Cukry proste	17,34 g
Węglowodany	301,41 g
Cholesterol	185,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,00 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,44 g
Tłuszcze nienasycone	30,84 g
Tłuszcze nasycone	17,23 g
Tłuszcze	51,86 g
Białka	94,67 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.10.2026, 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)	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 *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 20g, 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) - 15g, 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) - 20g, 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) - 20g	połudwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, 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	2127,17 kCal
Witamina C	117,63 mg
Witamina B12	4,83 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,35 mg
Niacyna	19,33 mg
Witamina B2	2,89 mg
Witamina B1	1,19 mg
Witamina E	10,48 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,09 mg
Skrobia	180,01 mg
Sól	6492,64 mg
Mangan	2,96 mg
Miedź	1,34 mg
Cynk	12,00 mg
Żelazo	11,49 mg
Magnez	415,32 mg
Fosfor	1997,52 mg
Wapń	1402,94 mg
Potas	4865,75 mg
Sód	2594,92 mg
Błonnik pokarmowy	20,71 g
Cukry proste	9,22 g
Węglowodany	277,82 g
Cholesterol	342,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,01 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,14 g
Tłuszcze nienasycone	36,56 g
Tłuszcze nasycone	21,15 g
Tłuszcze	63,25 g
Białka	121,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.10.2026, 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) - 20g, 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) - 10g, Ziemniaki, średnio - 400g, Marchew - 150g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 5g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 80g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 5g, 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) - 240ml, 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	1701,50 kCal
Witamina C	124,16 mg
Witamina B12	3,04 µg
Foliany	0,32 mg
Witamina B6	2,75 mg
Niacyna	15,07 mg
Witamina B2	1,92 mg
Witamina B1	1,06 mg
Witamina E	8,53 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,14 mg
Skrobia	152,98 mg
Sól	4411,40 mg
Mangan	2,71 mg
Miedź	1,35 mg
Cynk	7,64 mg
Żelazo	9,34 mg
Magnez	346,15 mg
Fosfor	1292,15 mg
Wapń	933,95 mg
Potas	4793,75 mg
Sód	1739,10 mg
Błonnik pokarmowy	22,73 g
Cukry proste	20,48 g
Węglowodany	254,81 g
Cholesterol	186,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,61 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,64 g
Tłuszcze nienasycone	26,08 g
Tłuszcze nasycone	19,27 g
Tłuszcze	48,84 g
Białka	71,85 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK 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) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 280ml, Woda - 20ml, 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 - 140g	Pietruszka, liście - 3g, Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 290g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 240g, Jaja kurze całe *(jaj) - 30g, Brokuły, mrożone - 120g, Woda - 250ml, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 140g	Kasza manna *(glu) - 20g, Syrop truskawkowy - 15g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 150ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica miodowa regionalna - 40g, 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 - 375g

*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	2441,87 kCal
Witamina C	145,97 mg
Witamina B12	5,84 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,96 mg
Niacyna	20,13 mg
Witamina B2	3,36 mg
Witamina B1	1,41 mg
Witamina E	9,32 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,12 mg
Skrobia	199,22 mg
Sól	6599,34 mg
Mangan	3,19 mg
Miedź	1,43 mg
Cynk	13,22 mg
Żelazo	12,17 mg
Magnez	448,52 mg
Fosfor	2261,42 mg
Wapń	1769,44 mg
Potas	5565,40 mg
Sód	2990,12 mg
Błonnik pokarmowy	24,04 g
Cukry proste	13,34 g
Węglowodany	319,18 g
Cholesterol	407,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,04 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,85 g
Tłuszcze nienasycone	35,07 g
Tłuszcze nasycone	27,17 g
Tłuszcze	69,54 g
Białka	146,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.10.2026, 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 22.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK 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), Kiwi, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, 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 - 290g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 140g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, Pietruszka, liście - 9g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Pietruszka, korzeń - 35g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Olej rzepakowy - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Wieprzowina, łopatka - 120g, Cebula - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ogórek - 120g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab biały *(soj) - 30g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kiwi - 70g, 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	2365,43 kCal
Witamina C	162,69 mg
Witamina B12	4,14 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,73 mg
Niacyna	20,30 mg
Witamina B2	2,60 mg
Witamina B1	1,87 mg
Witamina E	10,49 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,95 mg
Skrobia	190,69 mg
Sól	4884,08 mg
Mangan	4,74 mg
Miedź	1,70 mg
Cynk	13,05 mg
Żelazo	12,60 mg
Magnez	376,91 mg
Fosfor	1695,03 mg
Wapń	1065,85 mg
Potas	4968,82 mg
Sód	1976,20 mg
Błonnik pokarmowy	34,03 g
Cukry proste	43,06 g
Węglowodany	347,49 g
Cholesterol	203,02 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,86 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,77 g
Tłuszcze nienasycone	35,74 g
Tłuszcze nasycone	25,18 g
Tłuszcze	65,53 g
Białka	115,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.10.2026, 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) - 2g, 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 - 10g, 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	2043,22 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	12,08 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,91 mg
Skrobia	197,83 mg
Sól	4966,61 mg
Mangan	3,45 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	11,45 mg
Żelazo	13,10 mg
Magnez	403,90 mg
Fosfor	1561,37 mg
Wapń	1071,58 mg
Potas	6049,82 mg
Sód	1984,64 mg
Błonnik pokarmowy	29,99 g
Cukry proste	14,95 g
Węglowodany	297,65 g
Cholesterol	189,82 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,92 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,71 g
Tłuszcze nienasycone	39,09 g
Tłuszcze nasycone	20,61 g
Tłuszcze	62,88 g
Białka	100,71 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.10.2026, 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	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, 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 - 5g, Papryka czerwona - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, mieszanka warzywna - 20g, Marchew - 35g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Ziemniaki, średnio - 550g, Woda - 500ml, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 13g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, szynka surowa - 140g	Koper ogrodowy - 2g, Kapusta biała - 80g, Olej rzepakowy - 2g, Marchew - 30g, Cebula - 15g	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	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	2092,64 kCal
Witamina C	255,02 mg
Witamina B12	3,90 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,62 mg
Niacyna	25,65 mg
Witamina B2	2,42 mg
Witamina B1	2,76 mg
Witamina E	16,44 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,04 mg
Skrobia	183,15 mg
Sól	5652,31 mg
Mangan	6,50 mg
Miedź	1,81 mg
Cynk	13,92 mg
Żelazo	14,47 mg
Magnez	460,81 mg
Fosfor	1753,08 mg
Wapń	1172,18 mg
Potas	6223,34 mg
Sód	2258,51 mg
Błonnik pokarmowy	37,05 g
Cukry proste	19,14 g
Węglowodany	294,13 g
Cholesterol	192,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,87 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,13 g
Tłuszcze nienasycone	45,44 g
Tłuszcze nasycone	22,41 g
Tłuszcze	71,50 g
Białka	101,03 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.10.2026, 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, 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) - 15g, Pietruszka, liście - 5g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, szynka surowa - 140g	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	2153,70 kCal
Witamina C	218,94 mg
Witamina B12	3,67 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,44 mg
Niacyna	25,86 mg
Witamina B2	2,29 mg
Witamina B1	2,71 mg
Witamina E	9,62 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,32 mg
Skrobia	215,87 mg
Sól	5069,60 mg
Mangan	3,62 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	11,08 mg
Żelazo	12,22 mg
Magnez	398,55 mg
Fosfor	1581,65 mg
Wapń	1030,25 mg
Potas	6015,85 mg
Sód	2025,85 mg
Błonnik pokarmowy	31,93 g
Cukry proste	44,59 g
Węglowodany	351,19 g
Cholesterol	188,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,66 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,54 g
Tłuszcze nienasycone	30,42 g
Tłuszcze nasycone	18,66 g
Tłuszcze	52,22 g
Białka	102,03 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.10.2026, 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) - 25g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, marmolada wieloowocowa - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Marchew - 120g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, Pietruszka, korzeń - 25g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 5g, mieszanka warzywna - 30g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Wieprzowina, szynka surowa - 140g	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 - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2406,12 kCal
Witamina C	184,19 mg
Witamina B12	4,76 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,70 mg
Niacyna	26,70 mg
Witamina B2	2,87 mg
Witamina B1	2,77 mg
Witamina E	12,35 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,78 mg
Skrobia	205,61 mg
Sól	5438,11 mg
Mangan	3,24 mg
Miedź	1,69 mg
Cynk	12,64 mg
Żelazo	12,90 mg
Magnez	419,95 mg
Fosfor	1865,32 mg
Wapń	1232,38 mg
Potas	6254,67 mg
Sód	2173,24 mg
Błonnik pokarmowy	30,58 g
Cukry proste	39,00 g
Węglowodany	353,30 g
Cholesterol	212,42 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,28 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,76 g
Tłuszcze nienasycone	41,51 g
Tłuszcze nasycone	24,31 g
Tłuszcze	69,43 g
Białka	124,00 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.10.2026, 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)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, 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 - 400g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 5g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 65g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, Pietruszka, korzeń - 30g, Wieprzowina, szynka surowa - 70g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Herbatniki - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 220ml, 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 - 140g

*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	1756,16 kCal
Witamina C	154,20 mg
Witamina B12	3,38 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,68 mg
Niacyna	18,09 mg
Witamina B2	2,20 mg
Witamina B1	1,74 mg
Witamina E	8,62 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,02 mg
Skrobia	137,30 mg
Sól	3837,66 mg
Mangan	2,71 mg
Miedź	1,33 mg
Cynk	9,23 mg
Żelazo	10,21 mg
Magnez	314,30 mg
Fosfor	1390,13 mg
Wapń	875,18 mg
Potas	4606,22 mg
Sód	1533,93 mg
Błonnik pokarmowy	25,76 g
Cukry proste	36,54 g
Węglowodany	262,44 g
Cholesterol	178,52 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,12 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,36 g
Tłuszcze nienasycone	29,01 g
Tłuszcze nasycone	18,49 g
Tłuszcze	50,40 g
Białka	89,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	Krakowska parzona, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Buraki, gotowane w wodzie, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	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)	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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Krakowska parzona - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Pietruszka, korzeń - 25g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Pietruszka, liście - 5g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, szynka surowa - 130g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, 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

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2455,92 kCal
Witamina C	178,25 mg
Witamina B12	5,28 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,59 mg
Niacyna	24,62 mg
Witamina B2	3,12 mg
Witamina B1	2,61 mg
Witamina E	11,09 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,37 mg
Skrobia	186,83 mg
Sól	4979,86 mg
Mangan	3,77 mg
Miedź	1,70 mg
Cynk	13,01 mg
Żelazo	12,60 mg
Magnez	435,70 mg
Fosfor	1993,62 mg
Wapń	1445,23 mg
Potas	6236,72 mg
Sód	2021,49 mg
Błonnik pokarmowy	30,71 g
Cukry proste	35,69 g
Węglowodany	345,76 g
Cholesterol	217,22 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,37 g
Tłuszcze nienasycone	37,51 g
Tłuszcze nasycone	27,08 g
Tłuszcze	69,73 g
Białka	128,44 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.10.2026, 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, Ser twarogowy półtłusty *(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, 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, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, 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 - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 10g, Wieprzowina, szynka surowa - 140g	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	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2257,75 kCal
Witamina C	156,67 mg
Witamina B12	5,23 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,38 mg
Niacyna	24,66 mg
Witamina B2	3,09 mg
Witamina B1	2,67 mg
Witamina E	12,29 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,11 mg
Skrobia	188,77 mg
Sól	4277,90 mg
Mangan	3,11 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	12,75 mg
Żelazo	11,88 mg
Magnez	401,55 mg
Fosfor	1941,85 mg
Wapń	1294,95 mg
Potas	5677,95 mg
Sód	1709,45 mg
Błonnik pokarmowy	28,18 g
Cukry proste	13,05 g
Węglowodany	299,40 g
Cholesterol	221,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,32 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,64 g
Tłuszcze nienasycone	45,19 g
Tłuszcze nasycone	25,32 g
Tłuszcze	74,30 g
Białka	125,85 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.10.2026, 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, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, sałatka makaronowa I	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Woda - 50ml, kasza kukurydziana - 20g, 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 - 25g, Marchew - 40g, Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, średnio - 590g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 100g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g	Papryka czerwona - 60g, Ogórek - 60g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 30g, Koper ogrodowy - 3g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 40g, kiełbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2163,52 kCal
Witamina C	259,06 mg
Witamina B12	3,88 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,10 mg
Niacyna	18,81 mg
Witamina B2	1,97 mg
Witamina B1	1,30 mg
Witamina E	10,27 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,68 mg
Skrobia	194,62 mg
Sól	5975,58 mg
Mangan	4,59 mg
Miedź	1,82 mg
Cynk	10,88 mg
Żelazo	11,37 mg
Magnez	419,42 mg
Fosfor	1595,86 mg
Wapń	1364,59 mg
Potas	5758,36 mg
Sód	1888,27 mg
Błonnik pokarmowy	34,82 g
Cukry proste	23,63 g
Węglowodany	333,97 g
Cholesterol	102,28 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,27 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,60 g
Tłuszcze nienasycone	32,26 g
Tłuszcze nasycone	22,94 g
Tłuszcze	58,13 g
Białka	89,08 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.10.2026, 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	kasza kukurydziana - 25g, Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, 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) - 25g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 75g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 550ml, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, miruna ryba - 100g, 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	2317,25 kCal
Witamina C	175,21 mg
Witamina B12	4,12 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	2,99 mg
Niacyna	16,64 mg
Witamina B2	2,38 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	13,87 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,02 mg
Skrobia	184,11 mg
Sól	3913,75 mg
Mangan	3,08 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	9,46 mg
Żelazo	11,88 mg
Magnez	350,25 mg
Fosfor	1587,75 mg
Wapń	1038,70 mg
Potas	5493,85 mg
Sód	1573,60 mg
Błonnik pokarmowy	31,55 g
Cukry proste	33,78 g
Węglowodany	329,80 g
Cholesterol	466,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,23 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,97 g
Tłuszcze nienasycone	39,66 g
Tłuszcze nasycone	23,82 g
Tłuszcze	68,45 g
Białka	106,18 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 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, 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	Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Sok pomidorowy
	G	Ryż biały - 5g, Woda - 250ml, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 290g, 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	Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 550ml, miruna ryba - 120g, Olej rzepakowy - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Kapusta pekińska - 90g, Papryka czerwona - 25g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g	Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja kurze całe - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Sok pomidorowy - 300g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2207,07 kCal
Witamina C	319,34 mg
Witamina B12	3,36 µg
Foliany	0,67 mg
Witamina B6	4,44 mg
Niacyna	24,65 mg
Witamina B2	2,61 mg
Witamina B1	1,73 mg
Witamina E	20,99 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,52 mg
Skrobia	224,35 mg
Sól	5355,25 mg
Mangan	7,32 mg
Miedź	2,39 mg
Cynk	14,50 mg
Żelazo	17,15 mg
Magnez	546,10 mg
Fosfor	1972,96 mg
Wapń	1644,03 mg
Potas	8077,08 mg
Sód	2208,29 mg
Błonnik pokarmowy	42,70 g
Cukry proste	22,74 g
Węglowodany	334,36 g
Cholesterol	384,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,21 g
Tłuszcze jednonienasycone	27,90 g
Tłuszcze nienasycone	45,11 g
Tłuszcze nasycone	12,75 g
Tłuszcze	62,43 g
Białka	96,60 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.10.2026, 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 *(Mió), 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) - 250ml, Woda - 50ml, 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 - 590g, Woda - 550ml, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, miruna ryba - 100g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, mieszanka warzywna - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Białko jaja kurzego - 100g, jogurt typ grecki *(mle) - 5ml, Koper ogrodowy - 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	2159,29 kCal
Witamina C	176,21 mg
Witamina B12	2,93 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,91 mg
Niacyna	14,94 mg
Witamina B2	2,38 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	11,50 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,69 mg
Skrobia	204,20 mg
Sól	3724,12 mg
Mangan	2,92 mg
Miedź	1,43 mg
Cynk	8,49 mg
Żelazo	10,14 mg
Magnez	325,43 mg
Fosfor	1436,25 mg
Wapń	951,60 mg
Potas	5252,50 mg
Sód	1629,58 mg
Błonnik pokarmowy	31,63 g
Cukry proste	21,54 g
Węglowodany	333,37 g
Cholesterol	150,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,94 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,05 g
Tłuszcze nienasycone	28,28 g
Tłuszcze nasycone	14,50 g
Tłuszcze	46,34 g
Białka	113,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.10.2026, 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	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	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 - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy chudy - 100g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Marchew - 90g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, Olej rzepakowy - 15g, miruna ryba - 100g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, mieszanka warzywna - 120g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g, kielbasa szynkowa - 20g, Chleb wiejski *(glu) - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2113,69 kCal
Witamina C	153,38 mg
Witamina B12	3,99 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,61 mg
Niacyna	13,24 mg
Witamina B2	2,31 mg
Witamina B1	1,18 mg
Witamina E	13,29 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,75 mg
Skrobia	180,87 mg
Sól	3724,45 mg
Mangan	2,78 mg
Miedź	1,30 mg
Cynk	9,28 mg
Żelazo	10,72 mg
Magnez	297,20 mg
Fosfor	1558,06 mg
Wapń	983,68 mg
Potas	4644,06 mg
Sód	1629,86 mg
Błonnik pokarmowy	28,43 g
Cukry proste	20,46 g
Węglowodany	285,16 g
Cholesterol	422,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,08 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,92 g
Tłuszcze nienasycone	38,17 g
Tłuszcze nasycone	17,86 g
Tłuszcze	60,69 g
Białka	115,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.10.2026, 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	SKYR naturalny *(mle)
	↻	kasza kukurydziana - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 270ml, 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 - 70g	Marchew - 120g, Pietruszka, korzeń - 45g, Pietruszka, liście - 30g, Ziemniaki, średnio - 300g, 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 - 120g	galaretka owocowa winiary *(orz) - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 220ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 50g, Koper ogrodowy - 1g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 20g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 80g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*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	1671,38 kCal
Witamina C	162,95 mg
Witamina B12	3,58 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	1,95 mg
Niacyna	11,02 mg
Witamina B2	2,06 mg
Witamina B1	0,87 mg
Witamina E	9,04 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,20 mg
Skrobia	106,04 mg
Sól	2443,80 mg
Mangan	2,00 mg
Miedź	1,23 mg
Cynk	6,96 mg
Żelazo	9,17 mg
Magnez	269,54 mg
Fosfor	1274,81 mg
Wapń	1063,24 mg
Potas	4115,51 mg
Sód	1106,47 mg
Błonnik pokarmowy	23,72 g
Cukry proste	35,63 g
Węglowodany	237,13 g
Cholesterol	293,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,65 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,39 g
Tłuszcze nienasycone	21,29 g
Tłuszcze nasycone	16,92 g
Tłuszcze	41,66 g
Białka	94,37 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.10.2026, 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, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy chudy	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Ryba gotowana, Kompot, 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	SKYR naturalny *(mle)
	G	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kasza kukurydziana - 25g, 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 - 100g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g	Olej rzepakowy - 15g, Marchew - 90g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, miruna ryba - 100g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, mieszanka warzywna - 120g	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C02) Dieta Łatwostrawna(6):
Kalorie	2496,83 kCal
Witamina C	153,08 mg
Witamina B12	3,98 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,60 mg
Niacyna	13,36 mg
Witamina B2	2,32 mg
Witamina B1	1,19 mg
Witamina E	14,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,82 mg
Skrobia	198,32 mg
Sól	4045,41 mg
Mangan	2,78 mg
Miedź	1,34 mg
Cynk	9,41 mg
Żelazo	11,19 mg
Magnez	300,47 mg
Fosfor	1575,24 mg
Wapń	1194,40 mg
Potas	4667,99 mg
Sód	1803,09 mg
Błonnik pokarmowy	29,37 g
Cukry proste	40,21 g
Węglowodany	348,26 g
Cholesterol	420,72 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,20 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,35 g
Tłuszcze nienasycone	43,98 g
Tłuszcze nasycone	22,30 g
Tłuszcze	71,24 g
Białka	124,16 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.10.2026, 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, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(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)
	↶	Woda - 50ml, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 200g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Olej rzepakowy - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, Marchew - 50g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, mieszanka warzywna - 180g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g	serek wiejski z truskawkami *(mle) - 150g	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 - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2142,40 kCal
Witamina C	126,16 mg
Witamina B12	4,44 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	2,75 mg
Niacyna	16,66 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	1,14 mg
Witamina E	10,30 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,62 mg
Skrobia	158,82 mg
Sól	3931,10 mg
Mangan	2,54 mg
Miedź	1,33 mg
Cynk	9,77 mg
Żelazo	10,37 mg
Magnez	324,10 mg
Fosfor	1554,35 mg
Wapń	1074,90 mg
Potas	4537,50 mg
Sód	1594,60 mg
Błonnik pokarmowy	26,58 g
Cukry proste	34,56 g
Węglowodany	270,80 g
Cholesterol	531,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,43 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,85 g
Tłuszcze nienasycone	37,74 g
Tłuszcze nasycone	23,40 g
Tłuszcze	66,49 g
Białka	122,57 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	kielbasa podwawelska *(gor, glu), zupa mleczna z makaronem 300ml, ser twarogowy topiony, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	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, ser twarogowy topiony - 17,50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 5g	Marchew - 110g, Żołądek kurczaka - 100g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Olej rzepakowy - 5g, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, 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, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 25g	Gruszka - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2068,30 kCal
Witamina C	221,18 mg
Witamina B12	3,22 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	2,56 mg
Niacyna	15,76 mg
Witamina B2	1,86 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	11,74 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,71 mg
Skrobia	171,06 mg
Sól	5291,15 mg
Mangan	5,49 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	13,15 mg
Żelazo	16,00 mg
Magnez	416,15 mg
Fosfor	1493,75 mg
Wapń	845,40 mg
Potas	4348,45 mg
Sód	1981,95 mg
Błonnik pokarmowy	34,99 g
Cukry proste	26,47 g
Węglowodany	285,43 g
Cholesterol	376,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,34 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,71 g
Tłuszcze nienasycone	40,06 g
Tłuszcze nasycone	26,14 g
Tłuszcze	71,43 g
Białka	87,78 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.10.2026, 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, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, 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 - 590g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, 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) - 250ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Banan - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2205,25 kCal
Witamina C	227,60 mg
Witamina B12	3,25 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	4,30 mg
Niacyna	29,17 mg
Witamina B2	2,23 mg
Witamina B1	2,44 mg
Witamina E	14,32 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,35 mg
Skrobia	189,59 mg
Sól	4851,65 mg
Mangan	4,32 mg
Miedź	1,74 mg
Cynk	9,90 mg
Żelazo	13,26 mg
Magnez	446,10 mg
Fosfor	1517,20 mg
Wapń	878,10 mg
Potas	6656,95 mg
Sód	1938,45 mg
Błonnik pokarmowy	32,01 g
Cukry proste	31,01 g
Węglowodany	320,27 g
Cholesterol	129,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,35 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,08 g
Tłuszcze nienasycone	36,43 g
Tłuszcze nasycone	21,82 g
Tłuszcze	64,43 g
Białka	102,50 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	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, 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)
	↺	Makaron bezjajeczny *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Marchew - 50g, 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 - 290g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, 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	2089,05 kCal
Witamina C	221,75 mg
Witamina B12	2,73 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	3,15 mg
Niacyna	24,57 mg
Witamina B2	1,83 mg
Witamina B1	2,34 mg
Witamina E	13,26 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,39 mg
Skrobia	174,14 mg
Sól	6057,95 mg
Mangan	7,57 mg
Miedź	1,70 mg
Cynk	12,67 mg
Żelazo	14,94 mg
Magnez	484,20 mg
Fosfor	1629,40 mg
Wapń	927,00 mg
Potas	5000,45 mg
Sód	2799,60 mg
Błonnik pokarmowy	39,13 g
Cukry proste	28,29 g
Węglowodany	291,52 g
Cholesterol	116,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,83 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,64 g
Tłuszcze nienasycone	30,47 g
Tłuszcze nasycone	22,32 g
Tłuszcze	60,60 g
Białka	113,78 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK 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, 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) - 250ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Woda - 50ml, 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 - 130g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, 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, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Banan - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2109,95 kCal
Witamina C	212,80 mg
Witamina B12	3,03 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,91 mg
Niacyna	27,73 mg
Witamina B2	2,10 mg
Witamina B1	2,34 mg
Witamina E	9,65 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,42 mg
Skrobia	210,22 mg
Sól	5235,80 mg
Mangan	4,10 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	9,52 mg
Żelazo	13,06 mg
Magnez	416,10 mg
Fosfor	1436,35 mg
Wapń	800,65 mg
Potas	6082,15 mg
Sód	2092,10 mg
Błonnik pokarmowy	29,09 g
Cukry proste	29,15 g
Węglowodany	333,31 g
Cholesterol	120,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,83 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,19 g
Tłuszcze nienasycone	23,02 g
Tłuszcze nasycone	18,44 g
Tłuszcze	46,74 g
Białka	103,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.10.2026, 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, Szynka bankietowa *(soj)	schab duszony w sosie własnym, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	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, 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 - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 590g, 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	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, 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 - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2263,91 kCal
Witamina C	209,21 mg
Witamina B12	3,47 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,59 mg
Niacyna	28,37 mg
Witamina B2	2,18 mg
Witamina B1	2,39 mg
Witamina E	11,17 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,27 mg
Skrobia	219,90 mg
Sól	5734,26 mg
Mangan	3,49 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	10,05 mg
Żelazo	13,14 mg
Magnez	387,25 mg
Fosfor	1572,78 mg
Wapń	1028,81 mg
Potas	5931,33 mg
Sód	2669,70 mg
Błonnik pokarmowy	28,80 g
Cukry proste	18,46 g
Węglowodany	314,50 g
Cholesterol	131,77 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,66 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,64 g
Tłuszcze nienasycone	29,77 g
Tłuszcze nasycone	23,86 g
Tłuszcze	60,73 g
Białka	129,18 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.10.2026, 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, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Banan
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezejajeczny *(glu) - 20g, Marchew - 50g, Szynka bankietowa - 1g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Sałata - 10g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 100g, 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 - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 30g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Banan - 200g

*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	1733,30 kCal
Witamina C	177,80 mg
Witamina B12	3,04 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,09 mg
Niacyna	20,74 mg
Witamina B2	2,01 mg
Witamina B1	1,84 mg
Witamina E	8,47 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,10 mg
Skrobia	128,78 mg
Sól	3870,80 mg
Mangan	3,55 mg
Miedź	1,38 mg
Cynk	7,97 mg
Żelazo	10,66 mg
Magnez	353,75 mg
Fosfor	1238,35 mg
Wapń	851,95 mg
Potas	5091,55 mg
Sód	1546,70 mg
Błonnik pokarmowy	27,53 g
Cukry proste	38,08 g
Węglowodany	262,89 g
Cholesterol	116,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,83 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,32 g
Tłuszcze nienasycone	23,44 g
Tłuszcze nasycone	17,70 g
Tłuszcze	45,49 g
Białka	82,12 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
(C02) Dieta Łatwostrawna(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, 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)	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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 20g, Marchew - 50g, Szynka bankietowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 140g, Olej rzepakowy - 10g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 640g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kielbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 35g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, 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	2447,47 kCal
Witamina C	230,56 mg
Witamina B12	3,64 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,85 mg
Niacyna	30,34 mg
Witamina B2	2,30 mg
Witamina B1	2,58 mg
Witamina E	12,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,31 mg
Skrobia	230,74 mg
Sól	6311,35 mg
Mangan	3,75 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	10,64 mg
Żelazo	13,97 mg
Magnez	419,78 mg
Fosfor	1672,47 mg
Wapń	1152,73 mg
Potas	6386,03 mg
Sód	2900,13 mg
Błonnik pokarmowy	30,57 g
Cukry proste	18,77 g
Węglowodany	336,92 g
Cholesterol	136,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,61 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,86 g
Tłuszcze nienasycone	36,39 g
Tłuszcze nasycone	25,69 g
Tłuszcze	69,58 g
Białka	133,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, 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) - 5g, 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	2133,53 kCal
Witamina C	227,57 mg
Witamina B12	3,81 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,64 mg
Niacyna	28,13 mg
Witamina B2	2,36 mg
Witamina B1	2,38 mg
Witamina E	11,77 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,12 mg
Skrobia	197,76 mg
Sól	5026,96 mg
Mangan	3,84 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	10,40 mg
Żelazo	12,81 mg
Magnez	401,43 mg
Fosfor	1687,78 mg
Wapń	1047,06 mg
Potas	5943,75 mg
Sód	2008,88 mg
Błonnik pokarmowy	30,35 g
Cukry proste	12,70 g
Węglowodany	297,91 g
Cholesterol	137,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,15 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,83 g
Tłuszcze nienasycone	34,98 g
Tłuszcze nasycone	21,08 g
Tłuszcze	61,85 g
Białka	111,44 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kabanosy, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Śliwki	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, kotlet schabowy, Ziemniaki gotowane	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, Szynka bankietowa *(soj)	Sok pomarańczowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 20g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kabanosy - 80g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Śliwki - 80g	Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 4g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kapusta biała - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 10g, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 100g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Bułka tarta *(glu) - 10g, Ziemniaki, średnio - 35	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Ryż biały - 40g, Papryka czerwona - 40g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Ogórki, konserwowe - 10g, jogurt typ grecki *(mle) - 15ml, Pietruszka, liście - 3g, Szynka bankietowa - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Sok pomarańczowy - 300g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2291,63 kCal
Witamina C	360,91 mg
Witamina B12	3,74 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,61 mg
Niacyna	29,33 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	2,74 mg
Witamina E	15,53 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,33 mg
Skrobia	197,21 mg
Sól	6082,31 mg
Mangan	4,91 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	13,65 mg
Żelazo	14,30 mg
Magnez	416,03 mg
Fosfor	1664,98 mg
Wapń	982,41 mg
Potas	5854,25 mg
Sód	2431,45 mg
Błonnik pokarmowy	31,79 g
Cukry proste	36,22 g
Węglowodany	328,08 g
Cholesterol	238,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,21 g
Tłuszcze nienasycone	37,11 g
Tłuszcze nasycone	24,20 g
Tłuszcze	67,56 g
Białka	108,77 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK 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) - 20g, 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) - 25g, Marchew - 240g, Pietruszka, korzeń - 50g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 9g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, 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) - 200ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, 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	2010,76 kCal
Witamina C	111,15 mg
Witamina B12	2,02 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,22 mg
Niacyna	9,94 mg
Witamina B2	2,15 mg
Witamina B1	0,91 mg
Witamina E	12,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,63 mg
Skrobia	159,47 mg
Sól	5886,32 mg
Mangan	3,38 mg
Miedź	1,20 mg
Cynk	7,23 mg
Żelazo	10,46 mg
Magnez	281,41 mg
Fosfor	970,86 mg
Wapń	1072,77 mg
Potas	3523,15 mg
Sód	2522,91 mg
Błonnik pokarmowy	30,00 g
Cukry proste	46,23 g
Węglowodany	283,59 g
Cholesterol	198,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,25 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,18 g
Tłuszcze nienasycone	27,25 g
Tłuszcze nasycone	20,95 g
Tłuszcze	56,80 g
Białka	102,84 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK 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 żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Ryż biały - 5g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, 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) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 35g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Kapusta biała - 90g, 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) - 200ml, Papryka czerwona - 10g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Ogórki, konserwowe - 10g, jogurt typ grecki *(mle) - 5ml, Pietruszka, liście - 5g, Ryż biały - 40g, szynka z kotła - 30g, 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 łatwo przyswajalnych
Kalorie	2259,26 kCal
Witamina C	251,72 mg
Witamina B12	3,44 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,79 mg
Niacyna	16,51 mg
Witamina B2	2,74 mg
Witamina B1	1,38 mg
Witamina E	17,67 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,90 mg
Skrobia	189,73 mg
Sól	5588,57 mg
Mangan	6,34 mg
Miedź	1,89 mg
Cynk	11,10 mg
Żelazo	14,09 mg
Magnez	461,76 mg
Fosfor	1544,56 mg
Wapń	1217,82 mg
Potas	6203,35 mg
Sód	2356,92 mg
Błonnik pokarmowy	39,91 g
Cukry proste	30,54 g
Węglowodany	323,74 g
Cholesterol	201,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,34 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,09 g
Tłuszcze nienasycone	37,68 g
Tłuszcze nasycone	19,48 g
Tłuszcze	66,58 g
Białka	108,47 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.10.2026, 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)
	↻	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 50g, 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) - 20g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 60g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, 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	2000,73 kCal
Witamina C	107,93 mg
Witamina B12	2,00 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,34 mg
Niacyna	11,02 mg
Witamina B2	2,18 mg
Witamina B1	0,93 mg
Witamina E	11,15 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,35 mg
Skrobia	181,70 mg
Sól	6183,16 mg
Mangan	3,31 mg
Miedź	1,18 mg
Cynk	7,41 mg
Żelazo	10,70 mg
Magnez	293,48 mg
Fosfor	1011,03 mg
Wapń	1090,71 mg
Potas	3654,90 mg
Sód	2640,43 mg
Błonnik pokarmowy	28,20 g
Cukry proste	43,03 g
Węglowodany	303,07 g
Cholesterol	171,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,28 g
Tłuszcze jednonienasycone	9,06 g
Tłuszcze nienasycone	21,02 g
Tłuszcze nasycone	16,42 g
Tłuszcze	45,22 g
Białka	106,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.10.2026, 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, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 40g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	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 - 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	2016,91 kCal
Witamina C	94,86 mg
Witamina B12	2,28 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,23 mg
Niacyna	11,83 mg
Witamina B2	2,32 mg
Witamina B1	0,89 mg
Witamina E	10,38 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,21 mg
Skrobia	187,66 mg
Sól	6394,55 mg
Mangan	3,32 mg
Miedź	1,29 mg
Cynk	7,82 mg
Żelazo	10,79 mg
Magnez	316,98 mg
Fosfor	1124,96 mg
Wapń	1153,88 mg
Potas	3771,63 mg
Sód	2725,09 mg
Błonnik pokarmowy	27,16 g
Cukry proste	35,13 g
Węglowodany	296,64 g
Cholesterol	175,53 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,26 g
Tłuszcze jednonienasycone	9,52 g
Tłuszcze nienasycone	21,46 g
Tłuszcze nasycone	17,24 g
Tłuszcze	46,43 g
Białka	113,33 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	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, Kompot, Marchew, gotowana w wodzie, 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)
	↻	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 50g, Jabłko - 120g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, 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 - 110g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Marchew, gotowana w wodzie - 120g, Ryż biały, gotowany - 80g	Chrupki kukurydziane - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka z kotła - 50g, 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: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1672,61 kCal
Witamina C	93,93 mg
Witamina B12	2,00 µg
Foliany	0,26 mg
Witamina B6	1,91 mg
Niacyna	8,14 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	0,75 mg
Witamina E	8,88 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,32 mg
Skrobia	118,59 mg
Sól	5215,32 mg
Mangan	2,51 mg
Miedź	0,98 mg
Cynk	5,87 mg
Żelazo	9,02 mg
Magnez	252,96 mg
Fosfor	888,71 mg
Wapń	1030,92 mg
Potas	2977,70 mg
Sód	2244,01 mg
Błonnik pokarmowy	25,90 g
Cukry proste	41,59 g
Węglowodany	229,41 g
Cholesterol	185,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,36 g
Tłuszcze jednonienasycone	9,67 g
Tłuszcze nienasycone	19,85 g
Tłuszcze nasycone	18,98 g
Tłuszcze	46,47 g
Białka	93,77 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C02) Dieta Łatwostrawna(6):	↳	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, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	budyń *(mle)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	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, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	↳	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 40g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Budyń w proszku - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, 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 - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 350g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, 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	2481,63 kCal
Witamina C	155,12 mg
Witamina B12	3,89 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,58 mg
Niacyna	14,96 mg
Witamina B2	3,32 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	11,93 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,39 mg
Skrobia	194,58 mg
Sól	6519,26 mg
Mangan	3,25 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	9,07 mg
Żelazo	12,38 mg
Magnez	416,03 mg
Fosfor	1551,88 mg
Wapń	1624,11 mg
Potas	5696,65 mg
Sód	2804,83 mg
Błonnik pokarmowy	33,30 g
Cukry proste	47,52 g
Węglowodany	357,68 g
Cholesterol	251,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,56 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,71 g
Tłuszcze nienasycone	26,96 g
Tłuszcze nasycone	24,92 g
Tłuszcze	62,26 g
Białka	135,09 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.10.2026, 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, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	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, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 20g, Marchew - 280g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 350g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka z kotła - 45g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2069,68 kCal
Witamina C	115,21 mg
Witamina B12	3,15 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	3,09 mg
Niacyna	13,60 mg
Witamina B2	2,69 mg
Witamina B1	1,16 mg
Witamina E	10,50 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,19 mg
Skrobia	169,48 mg
Sól	4968,66 mg
Mangan	3,06 mg
Miedź	1,38 mg
Cynk	7,97 mg
Żelazo	10,18 mg
Magnez	369,63 mg
Fosfor	1343,03 mg
Wapń	1363,21 mg
Potas	4915,05 mg
Sód	2144,58 mg
Błonnik pokarmowy	30,20 g
Cukry proste	34,98 g
Węglowodany	290,53 g
Cholesterol	205,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,46 g
Tłuszcze nienasycone	27,72 g
Tłuszcze nasycone	22,64 g
Tłuszcze	58,39 g
Białka	107,60 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	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	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, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Marchew - 20g, Żelatyna - 4g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 80g, Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Marchew - 50g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 5g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 2g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Woda - 400ml, Kapusta biała - 300g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 30g	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	2014,74 kCal
Witamina C	275,96 mg
Witamina B12	5,06 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,57 mg
Niacyna	17,91 mg
Witamina B2	2,55 mg
Witamina B1	1,64 mg
Witamina E	15,65 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,03 mg
Skrobia	155,36 mg
Sól	5845,86 mg
Mangan	5,50 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	13,18 mg
Żelazo	11,97 mg
Magnez	390,14 mg
Fosfor	1740,96 mg
Wapń	1317,05 mg
Potas	4795,57 mg
Sód	2336,46 mg
Błonnik pokarmowy	32,06 g
Cukry proste	21,52 g
Węglowodany	268,96 g
Cholesterol	372,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,77 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,84 g
Tłuszcze nienasycone	40,27 g
Tłuszcze nasycone	24,45 g
Tłuszcze	69,25 g
Białka	104,75 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.10.2026, PONIEDZIAŁEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2229,22 kCal
Witamina C	134,45 mg
Witamina B12	2,44 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,58 mg
Niacyna	15,01 mg
Witamina B2	1,78 mg
Witamina B1	1,15 mg
Witamina E	12,97 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,43 mg
Skrobia	226,21 mg
Sól	5899,54 mg
Mangan	3,41 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	7,88 mg
Żelazo	9,66 mg
Magnez	332,38 mg
Fosfor	1284,83 mg
Wapń	947,87 mg
Potas	4803,72 mg
Sód	2299,24 mg
Błonnik pokarmowy	28,09 g
Cukry proste	36,44 g
Węglowodany	337,28 g
Cholesterol	72,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,49 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,63 g
Tłuszcze nienasycone	37,55 g
Tłuszcze nasycone	23,61 g
Tłuszcze	64,70 g
Białka	88,71 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	→	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), 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, Sał	kanapka z pomidorem	zupa biały barszcz 400ml, bigos *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, szynka gotowana wieprzowa - 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	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) - 20g, Cebula - 15g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Woda - 400ml, Olej rzepakowy - 5g, Kapusta biała - 300g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2094,43 kCal
Witamina C	291,82 mg
Witamina B12	4,17 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	2,58 mg
Niacyna	16,45 mg
Witamina B2	2,74 mg
Witamina B1	1,76 mg
Witamina E	16,98 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,18 mg
Skrobia	172,62 mg
Sól	7530,21 mg
Mangan	8,40 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	15,33 mg
Żelazo	13,35 mg
Magnez	464,08 mg
Fosfor	1882,83 mg
Wapń	2377,21 mg
Potas	5276,55 mg
Sód	3009,98 mg
Błonnik pokarmowy	40,49 g
Cukry proste	22,78 g
Węglowodany	311,31 g
Cholesterol	119,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,90 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,75 g
Tłuszcze nienasycone	34,42 g
Tłuszcze nasycone	22,25 g
Tłuszcze	60,41 g
Białka	96,63 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.10.2026, PONIEDZIAŁEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2202,88 kCal
Witamina C	142,31 mg
Witamina B12	2,11 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,75 mg
Niacyna	17,99 mg
Witamina B2	2,01 mg
Witamina B1	1,51 mg
Witamina E	7,55 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,58 mg
Skrobia	263,14 mg
Sól	7092,96 mg
Mangan	3,85 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	9,19 mg
Żelazo	10,86 mg
Magnez	368,53 mg
Fosfor	1274,23 mg
Wapń	953,51 mg
Potas	5196,95 mg
Sód	2836,38 mg
Błonnik pokarmowy	30,97 g
Cukry proste	38,23 g
Węglowodany	377,74 g
Cholesterol	82,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,03 g
Tłuszcze jednonienasycone	10,32 g
Tłuszcze nienasycone	21,71 g
Tłuszcze nasycone	18,49 g
Tłuszcze	42,21 g
Białka	93,63 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.10.2026, PONIEDZIAŁEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2392,42 kCal
Witamina C	139,53 mg
Witamina B12	4,20 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,78 mg
Niacyna	15,18 mg
Witamina B2	2,64 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	12,33 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,92 mg
Skrobia	225,94 mg
Sól	7131,19 mg
Mangan	3,26 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	10,62 mg
Żelazo	11,26 mg
Magnez	389,63 mg
Fosfor	1684,23 mg
Wapń	1460,12 mg
Potas	5515,07 mg
Sód	2851,59 mg
Błonnik pokarmowy	27,99 g
Cukry proste	32,88 g
Węglowodany	349,38 g
Cholesterol	262,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,55 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,12 g
Tłuszcze nienasycone	37,44 g
Tłuszcze nasycone	26,48 g
Tłuszcze	68,17 g
Białka	109,20 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↳	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Ryż na mleku, Sałata	zupa biała 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 - 50ml, Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 50g, Sałata - 10g	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 - 50g, 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	1666,47 kCal
Witamina C	95,40 mg
Witamina B12	3,71 µg
Foliany	0,32 mg
Witamina B6	1,90 mg
Niacyna	10,98 mg
Witamina B2	2,03 mg
Witamina B1	0,93 mg
Witamina E	8,50 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,44 mg
Skrobia	119,93 mg
Sól	5765,79 mg
Mangan	2,53 mg
Miedź	1,14 mg
Cynk	8,03 mg
Żelazo	8,67 mg
Magnez	279,28 mg
Fosfor	1284,48 mg
Wapń	1217,07 mg
Potas	3814,92 mg
Sód	2305,59 mg
Błonnik pokarmowy	21,45 g
Cukry proste	29,69 g
Węglowodany	219,22 g
Cholesterol	270,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,50 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,50 g
Tłuszcze nienasycone	27,15 g
Tłuszcze nasycone	23,21 g
Tłuszcze	54,31 g
Białka	86,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.10.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	galaretka drobiowa 50g *(soj, oz, ryb), polędwica z majerankiem, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Ryż na mleku, Sałata	Napój mleczny jogurtowy	zupa biały barszcz 400ml, surówka z marchewki tartej, Kompot, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 80g, Marchew - 20g, Żelatyna - 4g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 30g, Woda - 50ml, polędwica z majerankiem - 30g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Napój mleczny jogurtowy - 150g	Marchew - 170g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 45g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2567,19 kCal
Witamina C	182,01 mg
Witamina B12	6,99 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,36 mg
Niacyna	17,97 mg
Witamina B2	3,64 mg
Witamina B1	1,51 mg
Witamina E	12,53 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,13 mg
Skrobia	225,55 mg
Sól	6036,44 mg
Mangan	3,40 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	13,41 mg
Żelazo	11,71 mg
Magnez	474,72 mg
Fosfor	2305,58 mg
Wapń	1917,26 mg
Potas	6429,00 mg
Sód	2413,07 mg
Błonnik pokarmowy	28,17 g
Cukry proste	15,64 g
Węglowodany	367,56 g
Cholesterol	352,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,29 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,50 g
Tłuszcze nienasycone	42,70 g
Tłuszcze nasycone	28,31 g
Tłuszcze	76,32 g
Białka	126,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.10.2026, 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 - 30g, 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 - 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	2381,02 kCal
Witamina C	113,03 mg
Witamina B12	3,51 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,74 mg
Niacyna	15,33 mg
Witamina B2	2,30 mg
Witamina B1	1,28 mg
Witamina E	10,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,67 mg
Skrobia	254,12 mg
Sól	5817,69 mg
Mangan	3,85 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	9,51 mg
Żelazo	9,93 mg
Magnez	379,58 mg
Fosfor	1616,53 mg
Wapń	1312,72 mg
Potas	5146,27 mg
Sód	2326,19 mg
Błonnik pokarmowy	31,38 g
Cukry proste	31,26 g
Węglowodany	371,60 g
Cholesterol	91,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,89 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,28 g
Tłuszcze nienasycone	32,95 g
Tłuszcze nasycone	26,54 g
Tłuszcze	62,21 g
Białka	99,59 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Śliwki, twaróg z zieleniną	zupa fasolowa 400ml *(gor, glu, sel), cukinia faszerowana mięsem, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Mielonka (Luncheon meat), Papryka czerwona, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Śliwki - 80g	Marchew - 50g, Fasola biała, nasiona suche - 30g, Seler korzeniowy, mrożony - 30g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 500g, 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, Woda - 250ml	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: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2310,85 kCal
Witamina C	203,52 mg
Witamina B12	3,44 µg
Foliany	0,59 mg
Witamina B6	3,26 mg
Niacyna	22,19 mg
Witamina B2	2,33 mg
Witamina B1	2,15 mg
Witamina E	13,03 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,66 mg
Skrobia	203,17 mg
Sól	4356,04 mg
Mangan	6,72 mg
Miedź	2,01 mg
Cynk	14,40 mg
Żelazo	16,04 mg
Magnez	483,84 mg
Fosfor	1780,22 mg
Wapń	1174,09 mg
Potas	6093,63 mg
Sód	1737,48 mg
Błonnik pokarmowy	37,56 g
Cukry proste	36,60 g
Węglowodany	342,88 g
Cholesterol	181,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,15 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,14 g
Tłuszcze nienasycone	38,78 g
Tłuszcze nasycone	24,17 g
Tłuszcze	67,27 g
Białka	100,66 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie	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 - 200g, 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, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 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, 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	2268,22 kCal
Witamina C	151,06 mg
Witamina B12	4,02 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,51 mg
Niacyna	23,22 mg
Witamina B2	2,36 mg
Witamina B1	2,09 mg
Witamina E	15,49 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,53 mg
Skrobia	188,87 mg
Sól	3577,22 mg
Mangan	4,31 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	11,67 mg
Żelazo	13,91 mg
Magnez	379,91 mg
Fosfor	1714,99 mg
Wapń	993,61 mg
Potas	4927,09 mg
Sód	1429,58 mg
Błonnik pokarmowy	29,24 g
Cukry proste	47,15 g
Węglowodany	318,22 g
Cholesterol	318,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,64 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,37 g
Tłuszcze nienasycone	42,39 g
Tłuszcze nasycone	22,10 g
Tłuszcze	69,73 g
Białka	106,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.10.2026, 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, Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana *(glu), Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie	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 - 200g, 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, Kasza jęczmienna, pęczak, g	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) - 40g, Papryka czerwona - 65g, Ogórek - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2335,38 kCal
Witamina C	201,14 mg
Witamina B12	4,19 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,84 mg
Niacyna	23,28 mg
Witamina B2	2,40 mg
Witamina B1	2,24 mg
Witamina E	13,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,27 mg
Skrobia	218,28 mg
Sól	3760,91 mg
Mangan	7,68 mg
Miedź	1,72 mg
Cynk	13,62 mg
Żelazo	14,64 mg
Magnez	432,61 mg
Fosfor	1889,69 mg
Wapń	1139,36 mg
Potas	4422,00 mg
Sód	1880,77 mg
Błonnik pokarmowy	34,25 g
Cukry proste	15,74 g
Węglowodany	332,49 g
Cholesterol	312,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,71 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,66 g
Tłuszcze nienasycone	35,37 g
Tłuszcze nasycone	24,75 g
Tłuszcze	66,14 g
Białka	119,57 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, marchewka gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie	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 - 200g, 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, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	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	2211,52 kCal
Witamina C	258,46 mg
Witamina B12	3,45 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	2,63 mg
Niacyna	24,15 mg
Witamina B2	2,20 mg
Witamina B1	2,22 mg
Witamina E	11,20 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,24 mg
Skrobia	220,69 mg
Sól	4624,82 mg
Mangan	4,28 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	10,56 mg
Żelazo	13,43 mg
Magnez	390,81 mg
Fosfor	1662,99 mg
Wapń	940,31 mg
Potas	5084,79 mg
Sód	1848,38 mg
Błonnik pokarmowy	30,40 g
Cukry proste	38,71 g
Węglowodany	351,74 g
Cholesterol	127,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,87 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,27 g
Tłuszcze nienasycone	26,78 g
Tłuszcze nasycone	17,20 g
Tłuszcze	47,28 g
Białka	109,54 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grysikowa 400ml, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, Marchew, gotowana w wodzie, sztuka mięsa gotowana w sosie	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g, Marchew, gotowana w wodzie - 120g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, 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 - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2241,20 kCal
Witamina C	97,30 mg
Witamina B12	4,11 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,55 mg
Niacyna	23,67 mg
Witamina B2	2,21 mg
Witamina B1	2,17 mg
Witamina E	10,86 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,92 mg
Skrobia	197,07 mg
Sól	4728,80 mg
Mangan	3,91 mg
Miedź	1,43 mg
Cynk	10,39 mg
Żelazo	12,03 mg
Magnez	342,40 mg
Fosfor	1652,55 mg
Wapń	1268,20 mg
Potas	4171,40 mg
Sód	2312,45 mg
Błonnik pokarmowy	28,26 g
Cukry proste	37,34 g
Węglowodany	308,47 g
Cholesterol	301,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,13 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,29 g
Tłuszcze nienasycone	31,34 g
Tłuszcze nasycone	24,00 g
Tłuszcze	60,63 g
Białka	128,60 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.10.2026, 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, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie	Chrupki kukurydziane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	↻	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 - 100g, Marchew - 65g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanaka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 80g	Chrupki kukurydziane - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Jabłko - 80g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1718,50 kCal
Witamina C	114,82 mg
Witamina B12	3,31 µg
Foliany	0,33 mg
Witamina B6	2,04 mg
Niacyna	20,31 mg
Witamina B2	1,83 mg
Witamina B1	1,95 mg
Witamina E	10,20 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,75 mg
Skrobia	126,41 mg
Sól	3178,39 mg
Mangan	3,09 mg
Miedź	1,14 mg
Cynk	8,35 mg
Żelazo	9,93 mg
Magnez	295,82 mg
Fosfor	1343,62 mg
Wapń	1083,02 mg
Potas	3557,18 mg
Sód	1315,47 mg
Błonnik pokarmowy	22,27 g
Cukry proste	36,78 g
Węglowodany	226,15 g
Cholesterol	128,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,39 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,15 g
Tłuszcze nienasycone	29,46 g
Tłuszcze nasycone	20,79 g
Tłuszcze	53,49 g
Białka	93,21 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.10.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem	zupa grysikowa 400ml, schab duszony w sosie własnym, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 30g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem - 375g	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Jabłko - 150g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 100g, 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	2474,07 kCal
Witamina C	128,22 mg
Witamina B12	6,63 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,80 mg
Niacyna	23,91 mg
Witamina B2	3,04 mg
Witamina B1	2,39 mg
Witamina E	12,23 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,81 mg
Skrobia	203,43 mg
Sól	5365,94 mg
Mangan	5,46 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	13,92 mg
Żelazo	15,31 mg
Magnez	424,37 mg
Fosfor	2136,92 mg
Wapń	2209,24 mg
Potas	4976,05 mg
Sód	2522,32 mg
Błonnik pokarmowy	31,03 g
Cukry proste	25,83 g
Węglowodany	322,80 g
Cholesterol	511,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,09 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,36 g
Tłuszcze nienasycone	38,11 g
Tłuszcze nasycone	28,94 g
Tłuszcze	74,14 g
Białka	144,38 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.10.2026, WTOREK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2038,07 kCal
Witamina C	112,09 mg
Witamina B12	3,31 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,43 mg
Niacyna	22,78 mg
Witamina B2	1,95 mg
Witamina B1	2,12 mg
Witamina E	9,81 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,65 mg
Skrobia	171,95 mg
Sól	3825,82 mg
Mangan	3,92 mg
Miedź	1,33 mg
Cynk	9,52 mg
Żelazo	11,19 mg
Magnez	342,01 mg
Fosfor	1480,84 mg
Wapń	1263,46 mg
Potas	3948,19 mg
Sód	1952,18 mg
Błonnik pokarmowy	25,95 g
Cukry proste	33,17 g
Węglowodany	272,61 g
Cholesterol	128,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,26 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,40 g
Tłuszcze nienasycone	30,57 g
Tłuszcze nasycone	23,92 g
Tłuszcze	59,19 g
Białka	115,43 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Makaron na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopočka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	kurczak gotowany bez skóry, kisiel 300ml, Ryż biały, gotowany, surówka z kapusty czerwonej, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Galantyna rybna *(ryb, jaj), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), 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 sopočka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 250g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 10g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Kapusta czerwona - 90g, ocet - 2g, Cukier - 5g, Cebula - 20g, Jabłko - 50g, Ziemniaki, średnio - 200g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ryż biały, gotowany - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, miruna ryba - 30g, Jaja gotowane *(jaj) - 15g, Pietruszka, liście - 10g, Marchew - 20g, Groszek zielony - 15g, Bułka czerstwa *(glu) - 15g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Sok pomarańczowy - 300g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2340,34 kCal
Witamina C	310,30 mg
Witamina B12	3,95 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,25 mg
Niacyna	21,10 mg
Witamina B2	2,63 mg
Witamina B1	1,57 mg
Witamina E	14,65 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,36 mg
Skrobia	184,11 mg
Sól	5038,46 mg
Mangan	4,89 mg
Miedź	1,70 mg
Cynk	13,18 mg
Żelazo	13,59 mg
Magnez	425,96 mg
Fosfor	1940,18 mg
Wapń	1157,81 mg
Potas	5653,85 mg
Sód	1959,03 mg
Błonnik pokarmowy	30,38 g
Cukry proste	31,19 g
Węglowodany	335,69 g
Cholesterol	342,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,24 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,59 g
Tłuszcze nienasycone	38,81 g
Tłuszcze nasycone	20,91 g
Tłuszcze	65,20 g
Białka	117,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.10.2026, ŚRODA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.10.2026, ŚRODA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	Makaron na mleku 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem morelowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	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 - 100g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Kisiel w proszku - 30g, Woda - 550ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	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	2211,97 kCal
Witamina C	133,83 mg
Witamina B12	3,68 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,90 mg
Niacyna	18,06 mg
Witamina B2	2,39 mg
Witamina B1	1,39 mg
Witamina E	8,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,92 mg
Skrobia	224,63 mg
Sól	6332,82 mg
Mangan	2,82 mg
Miedź	1,38 mg
Cynk	10,18 mg
Żelazo	10,08 mg
Magnez	378,41 mg
Fosfor	1595,94 mg
Wapń	1211,96 mg
Potas	5340,29 mg
Sód	2482,88 mg
Błonnik pokarmowy	25,92 g
Cukry proste	17,77 g
Węglowodany	352,80 g
Cholesterol	164,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,93 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,56 g
Tłuszcze nienasycone	26,56 g
Tłuszcze nasycone	17,62 g
Tłuszcze	48,39 g
Białka	100,58 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	Makaron na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 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, szynka wyborna - 50g	Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 100g, 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 - 450g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Kalafior, mrożony - 35g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2362,71 kCal
Witamina C	157,49 mg
Witamina B12	5,24 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,42 mg
Niacyna	20,69 mg
Witamina B2	3,15 mg
Witamina B1	1,56 mg
Witamina E	10,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,36 mg
Skrobia	183,14 mg
Sól	6710,17 mg
Mangan	2,81 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	12,68 mg
Żelazo	11,68 mg
Magnez	430,79 mg
Fosfor	2020,14 mg
Wapń	1532,71 mg
Potas	6252,49 mg
Sód	2585,38 mg
Błonnik pokarmowy	31,49 g
Cukry proste	26,29 g
Węglowodany	331,49 g
Cholesterol	351,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,60 g
Tłuszcze nienasycone	34,94 g
Tłuszcze nasycone	23,34 g
Tłuszcze	64,92 g
Białka	124,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.10.2026, 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, Bułki pszenne zwykłe, Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Bułka czerstwa *(glu) - 5g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 100g, 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 - 15g, Woda - 450ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 200g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g	Kasza manna *(glu) - 25g, Syrop truskawkowy - 15g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 100ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1728,20 kCal
Witamina C	96,34 mg
Witamina B12	3,43 µg
Foliany	0,31 mg
Witamina B6	1,91 mg
Niacyna	12,12 mg
Witamina B2	1,97 mg
Witamina B1	0,94 mg
Witamina E	8,38 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,79 mg
Skrobia	132,12 mg
Sól	4885,76 mg
Mangan	1,86 mg
Miedź	1,01 mg
Cynk	7,16 mg
Żelazo	7,41 mg
Magnez	269,86 mg
Fosfor	1250,72 mg
Wapń	1072,38 mg
Potas	3740,92 mg
Sód	1928,79 mg
Błonnik pokarmowy	19,35 g
Cukry proste	12,64 g
Węglowodany	235,48 g
Cholesterol	187,38 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,12 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,48 g
Tłuszcze nienasycone	27,56 g
Tłuszcze nasycone	21,02 g
Tłuszcze	53,13 g
Białka	83,34 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.10.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	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, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	SKYR naturalny *(mle)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	↺	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, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g	Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 100g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 6g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Kisiel w proszku - 30g, Woda - 500ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 35	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) - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, 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

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2529,88 kCal
Witamina C	161,10 mg
Witamina B12	4,88 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	3,26 mg
Niacyna	18,69 mg
Witamina B2	2,83 mg
Witamina B1	1,52 mg
Witamina E	9,60 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,19 mg
Skrobia	221,77 mg
Sól	6209,08 mg
Mangan	3,99 mg
Miedź	1,60 mg
Cynk	11,42 mg
Żelazo	11,70 mg
Magnez	432,64 mg
Fosfor	1900,11 mg
Wapń	1655,44 mg
Potas	5941,41 mg
Sód	2516,37 mg
Błonnik pokarmowy	32,11 g
Cukry proste	20,08 g
Węglowodany	387,98 g
Cholesterol	261,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,40 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,82 g
Tłuszcze nienasycone	30,33 g
Tłuszcze nasycone	22,45 g
Tłuszcze	57,91 g
Białka	126,21 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.10.2026, 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 - 100g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, mieszanka warzywna - 120g, Kalafior, mrożony - 35g, Ziemniaki, średnio - 200g, Pietruszka, liście - 6g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 200g	Syrop truskawkowy - 30g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kasza manna *(glu) - 50g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2265,24 kCal
Witamina C	119,86 mg
Witamina B12	4,13 µg
Foliany	0,33 mg
Witamina B6	2,46 mg
Niacyna	15,33 mg
Witamina B2	2,37 mg
Witamina B1	1,25 mg
Witamina E	8,08 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,28 mg
Skrobia	210,63 mg
Sól	5766,19 mg
Mangan	3,13 mg
Miedź	1,32 mg
Cynk	9,49 mg
Żelazo	9,85 mg
Magnez	357,05 mg
Fosfor	1593,66 mg
Wapń	1229,06 mg
Potas	4581,37 mg
Sód	2208,83 mg
Błonnik pokarmowy	26,50 g
Cukry proste	10,09 g
Węglowodany	344,22 g
Cholesterol	265,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,01 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,04 g
Tłuszcze nienasycone	30,33 g
Tłuszcze nasycone	23,03 g
Tłuszcze	58,56 g
Białka	99,92 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	↪	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szynka bankietowa *(soj)	schab duszony w sosie własnym, kapuśniak z kiszonej kapusty, Kasza gryczana, gotowana, Kompot, Marchew z groszkiem, mrożona	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)
	↻	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 - 130g, 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) - 5g, Ziemniaki, średnio - 200g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kasza gryczana, gotowana - 150g, Marchew z groszkiem, mrożona - 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	2124,15 kCal
Witamina C	93,82 mg
Witamina B12	3,95 µg
Foliany	0,33 mg
Witamina B6	2,76 mg
Niacyna	23,01 mg
Witamina B2	2,31 mg
Witamina B1	2,20 mg
Witamina E	8,88 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,43 mg
Skrobia	163,26 mg
Sól	5939,30 mg
Mangan	5,33 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	12,23 mg
Żelazo	12,95 mg
Magnez	443,50 mg
Fosfor	1852,25 mg
Wapń	964,80 mg
Potas	4222,65 mg
Sód	2374,45 mg
Błonnik pokarmowy	31,20 g
Cukry proste	31,33 g
Węglowodany	294,99 g
Cholesterol	145,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,38 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,04 g
Tłuszcze nienasycone	31,66 g
Tłuszcze nasycone	23,42 g
Tłuszcze	60,45 g
Białka	118,20 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, polędwica miodowa Ł - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 8g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, 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	2054,12 kCal
Witamina C	209,75 mg
Witamina B12	3,54 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	11,80 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,16 mg
Skrobia	203,97 mg
Sól	5353,89 mg
Mangan	4,02 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	11,51 mg
Żelazo	12,90 mg
Magnez	396,32 mg
Fosfor	1554,77 mg
Wapń	1087,14 mg
Potas	5604,70 mg
Sód	1779,72 mg
Błonnik pokarmowy	29,27 g
Cukry proste	14,61 g
Węglowodany	301,33 g
Cholesterol	147,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,14 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,32 g
Tłuszcze nienasycone	31,92 g
Tłuszcze nasycone	22,75 g
Tłuszcze	58,84 g
Białka	93,36 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK 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	serek wiejski lekki *(mle)	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	kanapka z rzodkiewką	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pasta z czerwonej fasoli, Sałata	Sok pomidorowy, z witaminami C i E
	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	serek wiejski lekki - 150g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, mieszanka warzywna - 25g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Marchew - 70g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatka - 110g, Ryż biały - 30g, Bułka tarta *(glu) - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Rzodkiewka - 30g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Fasola czerwona konserwowa - 40g, Czosnek - 20g, Koper ogrodowy - 20g, Pomidor - 40g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, szynka gotowana wieprzowa - 40g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Sok pomidorowy, z witaminami C i E - 330g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2275,57 kCal
Witamina C	331,78 mg
Witamina B12	2,79 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,57 mg
Niacyna	24,95 mg
Witamina B2	2,11 mg
Witamina B1	2,15 mg
Witamina E	24,91 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,36 mg
Skrobia	211,36 mg
Sól	7364,00 mg
Mangan	7,60 mg
Miedź	2,01 mg
Cynk	14,90 mg
Żelazo	17,10 mg
Magnez	472,43 mg
Fosfor	1677,42 mg
Wapń	1033,98 mg
Potas	6514,63 mg
Sód	3055,33 mg
Błonnik pokarmowy	42,04 g
Cukry proste	27,21 g
Węglowodany	336,71 g
Cholesterol	135,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,55 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,13 g
Tłuszcze nienasycone	33,13 g
Tłuszcze nasycone	24,47 g
Tłuszcze	63,38 g
Białka	109,42 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.10.2026, 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, łopatką - 90g, 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	2179,15 kCal
Witamina C	198,11 mg
Witamina B12	2,63 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,97 mg
Niacyna	20,75 mg
Witamina B2	1,87 mg
Witamina B1	1,74 mg
Witamina E	9,73 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,09 mg
Skrobia	230,71 mg
Sól	5708,48 mg
Mangan	4,15 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	10,56 mg
Żelazo	12,80 mg
Magnez	378,71 mg
Fosfor	1374,33 mg
Wapń	838,71 mg
Potas	5378,31 mg
Sód	2281,68 mg
Błonnik pokarmowy	34,71 g
Cukry proste	50,64 g
Węglowodany	371,47 g
Cholesterol	120,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,23 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,09 g
Tłuszcze nienasycone	24,55 g
Tłuszcze nasycone	17,64 g
Tłuszcze	46,09 g
Białka	87,26 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.10.2026, CZWARTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa regionalna *(soj), Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, zraz mięsno-ryżowy, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Chrupki kukurydziane	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, polędwica miodowa regionalna - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 8g, Ziemniaki, średnio - 250g, Woda - 500ml, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 30g, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Koper ogrodowy - 5g, Ryż biały - 30g, 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	1666,32 kCal
Witamina C	167,20 mg
Witamina B12	3,38 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,08 mg
Niacyna	16,37 mg
Witamina B2	1,93 mg
Witamina B1	1,45 mg
Witamina E	10,68 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,30 mg
Skrobia	140,53 mg
Sól	4767,74 mg
Mangan	3,04 mg
Miedź	1,16 mg
Cynk	9,40 mg
Żelazo	10,48 mg
Magnez	315,92 mg
Fosfor	1325,12 mg
Wapń	1036,69 mg
Potas	4159,55 mg
Sód	1905,87 mg
Błonnik pokarmowy	21,96 g
Cukry proste	11,90 g
Węglowodany	223,41 g
Cholesterol	132,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,38 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,60 g
Tłuszcze nienasycone	30,13 g
Tłuszcze nasycone	20,32 g
Tłuszcze	54,43 g
Białka	80,77 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK 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, Sałata	Napój mleczny jogurtowy	zupa jarzynowa 400ml, zraz mięsno-ryżowy, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	marmolada wieloowocowa, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Kielbasa krakowska, sucha, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	⌚	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica miodowa regionalna - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kajzerki - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Napój mleczny jogurtowy - 250g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, mieszanka warzywna - 60g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 8g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Ryż biały - 30g, Wieprzowina, łopatką - 90g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 75g, Kielbasa krakowska, sucha - 40g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2580,27 kCal
Witamina C	181,42 mg
Witamina B12	5,84 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,23 mg
Niacyna	23,23 mg
Witamina B2	3,29 mg
Witamina B1	2,09 mg
Witamina E	9,19 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,29 mg
Skrobia	205,57 mg
Sól	6099,84 mg
Mangan	3,71 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	13,95 mg
Żelazo	12,53 mg
Magnez	434,87 mg
Fosfor	2153,02 mg
Wapń	1592,49 mg
Potas	5873,55 mg
Sód	2437,62 mg
Błonnik pokarmowy	27,99 g
Cukry proste	33,70 g
Węglowodany	371,61 g
Cholesterol	208,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,63 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,92 g
Tłuszcze nienasycone	35,78 g
Tłuszcze nasycone	30,10 g
Tłuszcze	70,36 g
Białka	129,48 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.10.2026, CZWARTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(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 30.10.2026, PIĄTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Banan, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	Napój mleczny jogurtowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, 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 30.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 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 30.10.2026, PIĄTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(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 30.10.2026, 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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g, Ser twarogowy chudy - 70g	Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Olej rzepakowy - 5g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 50g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(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 30.10.2026, 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, Banan, 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
	↻	Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, 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 - 40g	Marchew - 70g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 250g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, miruna ryba - 70g, mieszanka warzywna - 120g	galaretka owocowa winiary *(oz, orz) - 100g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Banan - 70g, 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	1750,94 kCal
Witamina C	153,17 mg
Witamina B12	3,65 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	2,27 mg
Niacyna	12,69 mg
Witamina B2	2,28 mg
Witamina B1	1,01 mg
Witamina E	9,57 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,45 mg
Skrobia	123,39 mg
Sól	3097,18 mg
Mangan	2,66 mg
Miedź	1,24 mg
Cynk	8,46 mg
Żelazo	9,90 mg
Magnez	319,51 mg
Fosfor	1384,25 mg
Wapń	1091,04 mg
Potas	4657,02 mg
Sód	1277,87 mg
Błonnik pokarmowy	23,87 g
Cukry proste	34,38 g
Węglowodany	270,62 g
Cholesterol	289,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,89 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,77 g
Tłuszcze nienasycone	21,65 g
Tłuszcze nasycone	16,57 g
Tłuszcze	41,54 g
Białka	81,61 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(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, 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), Chleb żytni razowy *(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, 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, 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 - 500g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 180g, 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 - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, 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	2494,69 kCal
Witamina C	227,43 mg
Witamina B12	4,86 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,37 mg
Niacyna	18,71 mg
Witamina B2	3,03 mg
Witamina B1	1,54 mg
Witamina E	14,62 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,39 mg
Skrobia	198,15 mg
Sól	4592,62 mg
Mangan	4,99 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	12,46 mg
Żelazo	14,17 mg
Magnez	451,86 mg
Fosfor	2165,75 mg
Wapń	1489,19 mg
Potas	6917,62 mg
Sód	1939,02 mg
Błonnik pokarmowy	40,06 g
Cukry proste	33,17 g
Węglowodany	378,81 g
Cholesterol	302,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,25 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,02 g
Tłuszcze nienasycone	34,75 g
Tłuszcze nasycone	20,58 g
Tłuszcze	60,03 g
Białka	123,93 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.10.2026, PIĄTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(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 31.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), kurczak gotowany tarczyński, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	zupa brokułowa 400ml, Wątróbka duszona, Kompot, surówka z kapusty białej, Ziemniaki gotowane	kiełbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata, twaróg z zieleniną	Kiwi
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 25g, kurczak gotowany tarczyński *(gor, glu, soj, oz, jaj, sel, sez) - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, 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 - 12g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta biała - 90g, Kukurydza, konserwowa - 20g, ocet - 1g, Cukier - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Koper ogrodowy - 4g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 40g, kiełbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 5g	Kiwi - 70g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2092,81 kCal
Witamina C	323,66 mg
Witamina B12	32,53 µg
Foliany	0,58 mg
Witamina B6	3,82 mg
Niacyna	36,50 mg
Witamina B2	5,40 mg
Witamina B1	1,43 mg
Witamina E	13,57 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	17,69 mg
Skrobia	202,52 mg
Sól	4537,44 mg
Mangan	4,99 mg
Miedź	2,35 mg
Cynk	15,16 mg
Żelazo	31,45 mg
Magnez	415,97 mg
Fosfor	1837,96 mg
Wapń	925,81 mg
Potas	5933,25 mg
Sód	1812,94 mg
Błonnik pokarmowy	33,41 g
Cukry proste	27,75 g
Węglowodany	317,54 g
Cholesterol	530,48 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,12 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,26 g
Tłuszcze nienasycone	34,25 g
Tłuszcze nasycone	19,07 g
Tłuszcze	57,09 g
Białka	93,42 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.10.2026, 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) - 200ml, 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, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2067,72 kCal
Witamina C	223,57 mg
Witamina B12	2,33 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,96 mg
Niacyna	16,93 mg
Witamina B2	1,80 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	10,68 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,48 mg
Skrobia	202,85 mg
Sól	5553,71 mg
Mangan	3,45 mg
Miedź	1,48 mg
Cynk	7,69 mg
Żelazo	13,43 mg
Magnez	365,81 mg
Fosfor	1229,78 mg
Wapń	996,41 mg
Potas	5550,60 mg
Sód	2318,88 mg
Błonnik pokarmowy	29,67 g
Cukry proste	22,19 g
Węglowodany	295,51 g
Cholesterol	164,68 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,04 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,38 g
Tłuszcze nienasycone	23,32 g
Tłuszcze nasycone	22,44 g
Tłuszcze	58,77 g
Białka	103,09 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.10.2026, 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 kapusty białej, 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)	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem
	↺	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 - 7g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 20g, ocet - 1g, Cukier - 2g, 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) - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2333,77 kCal
Witamina C	292,09 mg
Witamina B12	4,82 µg
Foliany	0,56 mg
Witamina B6	4,42 mg
Niacyna	31,57 mg
Witamina B2	2,49 mg
Witamina B1	2,52 mg
Witamina E	16,93 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,79 mg
Skrobia	213,72 mg
Sól	7003,30 mg
Mangan	7,08 mg
Miedź	1,99 mg
Cynk	14,29 mg
Żelazo	14,91 mg
Magnez	518,42 mg
Fosfor	2093,60 mg
Wapń	2029,45 mg
Potas	7117,13 mg
Sód	2798,56 mg
Błonnik pokarmowy	41,84 g
Cukry proste	20,31 g
Węglowodany	338,75 g
Cholesterol	179,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,08 g
Tłuszcze nienasycone	38,46 g
Tłuszcze nasycone	21,52 g
Tłuszcze	64,50 g
Białka	119,70 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa brokułowa 400ml, schab duszony w sosie własnym, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 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 - 120g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 65g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Koper ogrodowy - 2g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 110g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 75g, 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	2131,31 kCal
Witamina C	253,94 mg
Witamina B12	3,09 µg
Foliany	0,57 mg
Witamina B6	3,82 mg
Niacyna	28,79 mg
Witamina B2	2,11 mg
Witamina B1	2,38 mg
Witamina E	11,02 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,65 mg
Skrobia	232,51 mg
Sól	6572,31 mg
Mangan	3,80 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	10,11 mg
Żelazo	12,82 mg
Magnez	401,83 mg
Fosfor	1562,62 mg
Wapń	1022,18 mg
Potas	6219,12 mg
Sód	2626,84 mg
Błonnik pokarmowy	33,25 g
Cukry proste	23,96 g
Węglowodany	333,55 g
Cholesterol	118,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,96 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,35 g
Tłuszcze nienasycone	22,21 g
Tłuszcze nasycone	17,50 g
Tłuszcze	42,78 g
Białka	120,00 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 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 - 90g, 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) - 50g, 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	2157,22 kCal
Witamina C	229,31 mg
Witamina B12	3,53 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,27 mg
Niacyna	17,43 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,50 mg
Witamina E	9,89 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,48 mg
Skrobia	190,94 mg
Sól	6807,71 mg
Mangan	3,36 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	9,79 mg
Żelazo	14,08 mg
Magnez	423,96 mg
Fosfor	1580,08 mg
Wapń	1439,96 mg
Potas	6325,95 mg
Sód	2820,38 mg
Błonnik pokarmowy	31,76 g
Cukry proste	22,11 g
Węglowodany	305,42 g
Cholesterol	176,63 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,86 g
Tłuszcze jednonienasycone	11,92 g
Tłuszcze nienasycone	21,69 g
Tłuszcze nasycone	23,42 g
Tłuszcze	58,43 g
Białka	117,28 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	~	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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Marchew - 50g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Sałata - 10g	Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 350g, Marchew - 70g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Koper ogrodowy - 2g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, 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) - 50g, 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	1705,31 kCal
Witamina C	178,60 mg
Witamina B12	3,32 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,88 mg
Niacyna	23,95 mg
Witamina B2	1,94 mg
Witamina B1	2,11 mg
Witamina E	8,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,54 mg
Skrobia	130,83 mg
Sól	5832,36 mg
Mangan	2,71 mg
Miedź	1,20 mg
Cynk	8,29 mg
Żelazo	9,87 mg
Magnez	310,18 mg
Fosfor	1359,32 mg
Wapń	983,98 mg
Potas	4643,87 mg
Sód	2331,59 mg
Błonnik pokarmowy	23,79 g
Cukry proste	20,04 g
Węglowodany	219,49 g
Cholesterol	136,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,98 g
Tłuszcze nienasycone	24,63 g
Tłuszcze nasycone	18,44 g
Tłuszcze	46,73 g
Białka	114,07 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), kurczak gotowany tarczyński, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, 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)	Banan
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kurczak gotowany tarczyński *(gor, glu, soj, oz, jaj, sel, sez) - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, 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	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 60g, Koper ogrodowy - 2g, Brokuły, mrożone - 30g, Ziemniaki, średnio - 590g, Marchew - 100g, ozory wieprzowe - 120g, 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, 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	Banan - 240g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2553,12 kCal
Witamina C	305,31 mg
Witamina B12	4,48 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	4,31 mg
Niacyna	19,46 mg
Witamina B2	3,12 mg
Witamina B1	1,68 mg
Witamina E	11,66 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,57 mg
Skrobia	210,93 mg
Sól	5499,26 mg
Mangan	5,07 mg
Miedź	1,85 mg
Cynk	12,46 mg
Żelazo	16,43 mg
Magnez	553,46 mg
Fosfor	1936,68 mg
Wapń	1581,46 mg
Potas	7749,85 mg
Sód	2329,08 mg
Błonnik pokarmowy	36,31 g
Cukry proste	41,73 g
Węglowodany	391,08 g
Cholesterol	250,93 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,45 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,08 g
Tłuszcze nienasycone	22,53 g
Tłuszcze nasycone	26,64 g
Tłuszcze	66,90 g
Białka	113,38 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.10.2026, SOBOTA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.11.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa barszcz ukraiński zabieleny 400ml, surówka z marchwi i jabłka, Kompot, kotlet pożarski *(glu, jaj, mle), Ziemniaki gotowane	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)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 500g, 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, 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	2309,61 kCal
Witamina C	162,36 mg
Witamina B12	3,67 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,31 mg
Niacyna	19,61 mg
Witamina B2	2,59 mg
Witamina B1	1,50 mg
Witamina E	12,31 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,51 mg
Skrobia	194,19 mg
Sól	5714,53 mg
Mangan	5,27 mg
Miedź	1,87 mg
Cynk	12,55 mg
Żelazo	14,86 mg
Magnez	440,02 mg
Fosfor	1856,85 mg
Wapń	1027,26 mg
Potas	5995,18 mg
Sód	1828,09 mg
Błonnik pokarmowy	36,15 g
Cukry proste	19,24 g
Węglowodany	330,14 g
Cholesterol	226,18 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,92 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,99 g
Tłuszcze nienasycone	39,10 g
Tłuszcze nasycone	23,16 g
Tłuszcze	66,68 g
Białka	115,18 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.11.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	↵	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), Kompot, Ryż biały	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
	↻	Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, 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) - 3g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 200ml, Ryż biały - 60g	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	2276,19 kCal
Witamina C	170,70 mg
Witamina B12	3,57 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,76 mg
Niacyna	20,53 mg
Witamina B2	2,54 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	11,55 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,04 mg
Skrobia	183,70 mg
Sól	5424,36 mg
Mangan	4,76 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	11,54 mg
Żelazo	13,29 mg
Magnez	446,71 mg
Fosfor	1682,89 mg
Wapń	1077,04 mg
Potas	6095,48 mg
Sód	2167,77 mg
Błonnik pokarmowy	31,84 g
Cukry proste	34,12 g
Węglowodany	336,41 g
Cholesterol	296,73 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,42 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,72 g
Tłuszcze nienasycone	43,00 g
Tłuszcze nasycone	23,55 g
Tłuszcze	72,07 g
Białka	101,87 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.11.2026, 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, Kompot, Ryż biały	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) - 3g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ryż biały - 60g	Jabłko - 120g	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, 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	2353,81 kCal
Witamina C	299,31 mg
Witamina B12	1,69 µg
Foliany	0,60 mg
Witamina B6	3,95 mg
Niacyna	23,94 mg
Witamina B2	1,82 mg
Witamina B1	1,50 mg
Witamina E	15,30 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,89 mg
Skrobia	232,66 mg
Sól	5910,35 mg
Mangan	7,98 mg
Miedź	2,11 mg
Cynk	13,75 mg
Żelazo	16,50 mg
Magnez	457,98 mg
Fosfor	1646,91 mg
Wapń	700,93 mg
Potas	6319,08 mg
Sód	2445,64 mg
Błonnik pokarmowy	46,09 g
Cukry proste	30,84 g
Węglowodany	354,19 g
Cholesterol	212,73 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,46 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,16 g
Tłuszcze nienasycone	48,93 g
Tłuszcze nasycone	17,03 g
Tłuszcze	71,53 g
Białka	111,20 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.11.2026, 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), Kompot, Ryż biały	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	SKYR naturalny *(mle)
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, 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, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ryż biały - 60g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 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, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2187,11 kCal
Witamina C	159,03 mg
Witamina B12	1,68 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,17 mg
Niacyna	21,39 mg
Witamina B2	1,60 mg
Witamina B1	1,26 mg
Witamina E	10,58 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,98 mg
Skrobia	229,76 mg
Sól	5678,07 mg
Mangan	4,20 mg
Miedź	1,78 mg
Cynk	10,71 mg
Żelazo	13,44 mg
Magnez	358,81 mg
Fosfor	1371,61 mg
Wapń	696,12 mg
Potas	5297,50 mg
Sód	2353,56 mg
Błonnik pokarmowy	33,64 g
Cukry proste	22,40 g
Węglowodany	343,30 g
Cholesterol	211,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,37 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,51 g
Tłuszcze nienasycone	35,76 g
Tłuszcze nasycone	15,22 g
Tłuszcze	55,47 g
Białka	107,77 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.11.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	kurczak w sosie, ryż gotowany, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot	budyń *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 45g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Mieszaneczka 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 - 50g, 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	2380,71 kCal
Witamina C	133,69 mg
Witamina B12	4,09 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	2,92 mg
Niacyna	19,19 mg
Witamina B2	2,42 mg
Witamina B1	1,25 mg
Witamina E	11,32 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,48 mg
Skrobia	196,72 mg
Sól	5749,95 mg
Mangan	3,63 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	11,78 mg
Żelazo	13,61 mg
Magnez	364,88 mg
Fosfor	1694,46 mg
Wapń	1157,48 mg
Potas	5156,88 mg
Sód	2382,49 mg
Błonnik pokarmowy	27,83 g
Cukry proste	20,23 g
Węglowodany	326,47 g
Cholesterol	480,73 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,79 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,16 g
Tłuszcze nienasycone	45,53 g
Tłuszcze nasycone	25,57 g
Tłuszcze	77,36 g
Białka	122,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.11.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, ryż gotowany, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot	budyń *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Miód), Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Noga (udo) kurczaka - 120g, Marchew - 200g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Ryż biały - 30g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 150g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, 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 - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1754,08 kCal
Witamina C	110,94 mg
Witamina B12	2,64 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	1,96 mg
Niacyna	13,30 mg
Witamina B2	1,67 mg
Witamina B1	0,89 mg
Witamina E	9,60 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,94 mg
Skrobia	119,41 mg
Sól	4535,56 mg
Mangan	2,81 mg
Miedź	1,23 mg
Cynk	7,73 mg
Żelazo	9,88 mg
Magnez	271,48 mg
Fosfor	1130,78 mg
Wapń	1042,46 mg
Potas	3831,95 mg
Sód	1858,43 mg
Błonnik pokarmowy	23,52 g
Cukry proste	33,86 g
Węglowodany	254,15 g
Cholesterol	202,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,21 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,44 g
Tłuszcze nienasycone	35,79 g
Tłuszcze nasycone	20,92 g
Tłuszcze	60,46 g
Białka	74,65 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.11.2026, 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, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	kanapka z pomidorem	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), Chleb żytni razowy *(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) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 5g	Pomidor - 30g, Sałata - 5g, Chleb wiejski *(glu) - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Marchew - 310g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 220g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 25g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Budyń w proszku - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 50g, 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, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2465,63 kCal
Witamina C	154,79 mg
Witamina B12	4,72 µg
Foliany	0,59 mg
Witamina B6	3,33 mg
Niacyna	21,18 mg
Witamina B2	2,84 mg
Witamina B1	1,46 mg
Witamina E	14,10 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	6,20 mg
Skrobia	203,15 mg
Sól	6651,01 mg
Mangan	5,53 mg
Miedź	1,97 mg
Cynk	14,53 mg
Żelazo	15,76 mg
Magnez	441,88 mg
Fosfor	1998,98 mg
Wapń	1332,36 mg
Potas	5971,60 mg
Sód	2742,73 mg
Błonnik pokarmowy	36,23 g
Cukry proste	25,37 g
Węglowodany	340,65 g
Cholesterol	546,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,48 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,68 g
Tłuszcze nienasycone	46,45 g
Tłuszcze nasycone	26,17 g
Tłuszcze	78,78 g
Białka	132,43 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.11.2026, 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, ryż gotowany, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot	budyń *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	SKYR naturalny *(mle)
	↻	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 45g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Marchew - 280g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Budyń w proszku - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 45g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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