

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Krakowska parzona, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, fasolka po bretońsku, Chleb wiejski *(glu), Kompot	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, pasta z ryby 40g *(gor, ryb, jaj, mle, siar), Sałata	Gruszka
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Krakowska parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 290g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Fasola biała, nasiona suche - 100g, Kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 10g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Cebula - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, jogurt typ grecki *(mle) - 10ml, Makrela, wędzona *(ryb) - 25g, Cebula - 5g, Jaja gotowane *(jaj) - 20g, szynka biała - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Gruszka - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2094,87 kCal
Witamina C	151,59 mg
Witamina B12	5,18 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	2,77 mg
Niacyna	19,86 mg
Witamina B2	2,02 mg
Witamina B1	2,04 mg
Witamina E	9,30 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,08 mg
Skrobia	200,94 mg
Sól	6081,64 mg
Mangan	6,21 mg
Miedź	1,88 mg
Cynk	13,56 mg
Żelazo	17,90 mg
Magnez	499,27 mg
Fosfor	1727,47 mg
Wapń	939,59 mg
Potas	5100,40 mg
Sód	2431,23 mg
Błonnik pokarmowy	42,70 g
Cukry proste	23,53 g
Węglowodany	318,73 g
Cholesterol	199,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,69 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,54 g
Tłuszcze nienasycone	31,72 g
Tłuszcze nasycone	21,39 g
Tłuszcze	56,95 g
Białka	97,28 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, surówka z marchewki tartej, Kompot	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka z kotła - 40g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	mieszaneczka warzywna - 25g, Marchew - 150g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 690g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Szpinak, mrożony - 35g, Skrobia ziemniaczana - 35g, Białko jaja kurzego - 100g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	skyr owocowy *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2114,47 kCal
Witamina C	173,40 mg
Witamina B12	2,12 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	17,95 mg
Witamina B2	2,02 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	10,86 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,27 mg
Skrobia	240,61 mg
Sól	6338,09 mg
Mangan	3,39 mg
Miedź	1,62 mg
Cynk	7,97 mg
Żelazo	11,86 mg
Magnez	394,37 mg
Fosfor	1246,07 mg
Wapń	964,09 mg
Potas	5629,15 mg
Sód	2533,52 mg
Błonnik pokarmowy	30,08 g
Cukry proste	20,30 g
Węglowodany	353,75 g
Cholesterol	68,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,38 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,06 g
Tłuszcze nienasycone	32,36 g
Tłuszcze nasycone	15,67 g
Tłuszcze	50,68 g
Białka	90,47 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.09.2026, PONIEDZIAŁEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2114,87 kCal
Witamina C	170,68 mg
Witamina B12	5,08 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,00 mg
Niacyna	20,42 mg
Witamina B2	2,04 mg
Witamina B1	2,12 mg
Witamina E	12,90 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,55 mg
Skrobia	200,61 mg
Sól	7841,58 mg
Mangan	9,43 mg
Miedź	2,06 mg
Cynk	16,33 mg
Żelazo	20,22 mg
Magnez	551,60 mg
Fosfor	1900,39 mg
Wapń	915,83 mg
Potas	5494,94 mg
Sód	3134,74 mg
Błonnik pokarmowy	51,69 g
Cukry proste	22,28 g
Węglowodany	325,28 g
Cholesterol	217,73 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,25 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,74 g
Tłuszcze nienasycone	37,38 g
Tłuszcze nasycone	18,35 g
Tłuszcze	60,14 g
Białka	102,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.09.2026, PONIEDZIAŁEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2067,17 kCal
Witamina C	170,99 mg
Witamina B12	2,85 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	3,01 mg
Niacyna	16,93 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	8,36 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,30 mg
Skrobia	238,74 mg
Sól	6202,54 mg
Mangan	2,77 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	7,86 mg
Żelazo	11,11 mg
Magnez	389,57 mg
Fosfor	1362,37 mg
Wapń	1030,99 mg
Potas	5546,50 mg
Sód	2478,82 mg
Błonnik pokarmowy	27,97 g
Cukry proste	15,13 g
Węglowodany	349,40 g
Cholesterol	77,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,76 g
Tłuszcze jednonienasycone	11,87 g
Tłuszcze nienasycone	28,80 g
Tłuszcze nasycone	17,11 g
Tłuszcze	48,50 g
Białka	83,11 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.09.2026, PONIEDZIAŁEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2235,57 kCal
Witamina C	170,99 mg
Witamina B12	2,87 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	3,01 mg
Niacyna	16,93 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	9,18 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,31 mg
Skrobia	238,74 mg
Sól	6702,19 mg
Mangan	2,77 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	7,87 mg
Żelazo	11,20 mg
Magnez	390,07 mg
Fosfor	1365,92 mg
Wapń	1167,94 mg
Potas	5552,30 mg
Sód	3056,67 mg
Błonnik pokarmowy	27,97 g
Cukry proste	18,74 g
Węglowodany	353,23 g
Cholesterol	80,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,56 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,05 g
Tłuszcze nienasycone	31,96 g
Tłuszcze nasycone	20,97 g
Tłuszcze	57,21 g
Białka	101,63 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.09.2026, PONIEDZIAŁEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1658,42 kCal
Witamina C	125,80 mg
Witamina B12	2,45 µg
Foliany	0,32 mg
Witamina B6	2,34 mg
Niacyna	11,95 mg
Witamina B2	2,05 mg
Witamina B1	0,91 mg
Witamina E	9,36 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,38 mg
Skrobia	130,65 mg
Sól	5503,54 mg
Mangan	2,83 mg
Miedź	1,20 mg
Cynk	6,26 mg
Żelazo	8,74 mg
Magnez	327,82 mg
Fosfor	1044,47 mg
Wapń	878,64 mg
Potas	4272,30 mg
Sód	2200,12 mg
Błonnik pokarmowy	24,85 g
Cukry proste	30,72 g
Węglowodany	249,74 g
Cholesterol	71,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,92 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,76 g
Tłuszcze nienasycone	29,16 g
Tłuszcze nasycone	18,55 g
Tłuszcze	50,48 g
Białka	68,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.09.2026, PONIEDZIAŁEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2402,57 kCal
Witamina C	173,61 mg
Witamina B12	3,75 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	17,28 mg
Witamina B2	2,67 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	9,27 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,34 mg
Skrobia	238,78 mg
Sól	7019,69 mg
Mangan	2,79 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	8,79 mg
Żelazo	11,45 mg
Magnez	423,97 mg
Fosfor	1599,92 mg
Wapń	1487,94 mg
Potas	5956,30 mg
Sód	3183,27 mg
Błonnik pokarmowy	28,46 g
Cukry proste	18,82 g
Węglowodany	378,20 g
Cholesterol	94,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,69 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,23 g
Tłuszcze nienasycone	33,27 g
Tłuszcze nasycone	23,26 g
Tłuszcze	61,04 g
Białka	109,79 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, Kompot, warzywa gotowane	serek wiejski lekki *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Woda - 500ml, mieszanka warzywna - 205g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 690g, Białko jaja kurzego - 100g, Szpinak, mrożony - 35g, Olej rzepakowy - 10g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Skrobia ziemniaczana - 35g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	serek wiejski lekki - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2175,12 kCal
Witamina C	146,51 mg
Witamina B12	3,27 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,97 mg
Niacyna	16,33 mg
Witamina B2	2,43 mg
Witamina B1	1,21 mg
Witamina E	10,73 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,23 mg
Skrobia	221,16 mg
Sól	4559,84 mg
Mangan	2,89 mg
Miedź	1,43 mg
Cynk	8,12 mg
Żelazo	9,95 mg
Magnez	389,67 mg
Fosfor	1459,67 mg
Wapń	1202,29 mg
Potas	5339,20 mg
Sód	2199,97 mg
Błonnik pokarmowy	29,73 g
Cukry proste	17,80 g
Węglowodany	316,82 g
Cholesterol	88,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,21 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,08 g
Tłuszcze nienasycone	39,85 g
Tłuszcze nasycone	22,81 g
Tłuszcze	67,47 g
Białka	98,86 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.09.2026, WTOREK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2305,03 kCal
Witamina C	287,99 mg
Witamina B12	3,29 µg
Foliany	0,57 mg
Witamina B6	3,56 mg
Niacyna	22,46 mg
Witamina B2	2,43 mg
Witamina B1	2,03 mg
Witamina E	12,22 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,84 mg
Skrobia	205,41 mg
Sól	4232,74 mg
Mangan	5,67 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	13,10 mg
Żelazo	14,82 mg
Magnez	426,84 mg
Fosfor	1601,81 mg
Wapń	1304,01 mg
Potas	6473,80 mg
Sód	1735,54 mg
Błonnik pokarmowy	37,09 g
Cukry proste	48,36 g
Węglowodany	358,92 g
Cholesterol	137,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,90 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,89 g
Tłuszcze nienasycone	27,06 g
Tłuszcze nasycone	25,06 g
Tłuszcze	60,71 g
Białka	98,46 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.09.2026, WTOREK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.09.2026, WTOREK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2185,63 kCal
Witamina C	362,02 mg
Witamina B12	4,12 µg
Foliany	0,58 mg
Witamina B6	4,20 mg
Niacyna	27,10 mg
Witamina B2	2,91 mg
Witamina B1	2,35 mg
Witamina E	24,73 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,57 mg
Skrobia	213,41 mg
Sól	6520,12 mg
Mangan	7,08 mg
Miedź	2,31 mg
Cynk	16,82 mg
Żelazo	17,29 mg
Magnez	524,30 mg
Fosfor	1991,18 mg
Wapń	1077,67 mg
Potas	7645,62 mg
Sód	2557,37 mg
Błonnik pokarmowy	42,51 g
Cukry proste	28,61 g
Węglowodany	345,90 g
Cholesterol	344,03 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,61 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,97 g
Tłuszcze nienasycone	31,46 g
Tłuszcze nasycone	16,13 g
Tłuszcze	51,33 g
Białka	105,78 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.09.2026, WTOREK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2138,60 kCal
Witamina C	202,82 mg
Witamina B12	3,47 µg
Foliany	0,66 mg
Witamina B6	3,55 mg
Niacyna	24,34 mg
Witamina B2	2,69 mg
Witamina B1	2,03 mg
Witamina E	10,81 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,48 mg
Skrobia	228,86 mg
Sól	5551,34 mg
Mangan	4,26 mg
Miedź	1,84 mg
Cynk	13,79 mg
Żelazo	15,18 mg
Magnez	433,99 mg
Fosfor	1656,08 mg
Wapń	1062,07 mg
Potas	6700,91 mg
Sód	2170,62 mg
Błonnik pokarmowy	36,04 g
Cukry proste	15,93 g
Węglowodany	349,30 g
Cholesterol	175,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,87 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,93 g
Tłuszcze nienasycone	25,12 g
Tłuszcze nasycone	15,80 g
Tłuszcze	43,78 g
Białka	104,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	Kasza manna na mleku, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	połudwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Seler korzeniowy *(sel) - 85g, Pietruszka, korzeń - 70g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 17g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Marchew - 120g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Białko jaja kurzego - 40g, Cukier - 2g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, połędwica miodowa regionalna - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2186,42 kCal
Witamina C	177,97 mg
Witamina B12	4,59 µg
Foliany	0,58 mg
Witamina B6	3,22 mg
Niacyna	21,81 mg
Witamina B2	3,06 mg
Witamina B1	1,93 mg
Witamina E	9,99 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,72 mg
Skrobia	189,18 mg
Sól	5239,98 mg
Mangan	3,52 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	13,40 mg
Żelazo	13,57 mg
Magnez	419,91 mg
Fosfor	1775,10 mg
Wapń	1513,26 mg
Potas	6373,06 mg
Sód	2472,29 mg
Błonnik pokarmowy	30,35 g
Cukry proste	17,47 g
Węglowodany	310,40 g
Cholesterol	180,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,48 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,55 g
Tłuszcze nienasycone	27,14 g
Tłuszcze nasycone	24,30 g
Tłuszcze	56,28 g
Białka	124,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.09.2026, WTOREK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1697,98 kCal
Witamina C	122,91 mg
Witamina B12	4,34 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	2,08 mg
Niacyna	14,74 mg
Witamina B2	2,57 mg
Witamina B1	1,45 mg
Witamina E	9,54 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,65 mg
Skrobia	128,41 mg
Sól	4235,00 mg
Mangan	3,01 mg
Miedź	1,25 mg
Cynk	11,07 mg
Żelazo	11,33 mg
Magnez	337,31 mg
Fosfor	1505,45 mg
Wapń	1322,30 mg
Potas	4671,49 mg
Sód	1669,18 mg
Błonnik pokarmowy	26,07 g
Cukry proste	16,85 g
Węglowodany	243,03 g
Cholesterol	194,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,16 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,16 g
Tłuszcze nienasycone	25,54 g
Tłuszcze nasycone	19,47 g
Tłuszcze	48,25 g
Białka	85,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	J	Kasza manna na mleku, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleciną	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	polędwica miodowa regionalna *(soj), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Kasza manna *(glu) - 20g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 3g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 7g, Ziemniaki, średnio - 590g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 160g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Burak - 120g, Cukier - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	kiełbasa szynkowa - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g, Sałata - 2g, Chleb wiejski *(glu) - 25g	polędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 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	2406,29 kCal
Witamina C	178,90 mg
Witamina B12	4,20 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,70 mg
Niacyna	28,48 mg
Witamina B2	2,77 mg
Witamina B1	2,49 mg
Witamina E	10,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,04 mg
Skrobia	213,30 mg
Sól	5528,36 mg
Mangan	5,12 mg
Miedź	1,96 mg
Cynk	15,76 mg
Żelazo	15,79 mg
Magnez	466,69 mg
Fosfor	1814,34 mg
Wapń	1256,53 mg
Potas	6888,42 mg
Sód	2150,61 mg
Błonnik pokarmowy	32,91 g
Cukry proste	39,18 g
Węglowodany	367,20 g
Cholesterol	226,28 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,98 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,67 g
Tłuszcze nienasycone	31,92 g
Tłuszcze nasycone	21,52 g
Tłuszcze	56,87 g
Białka	121,35 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	↪	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, twaróg z zieleniną	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	zupa warzywna	połudwica miodowa regionalna *(soj), Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar z cukrem, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	serek wiejski lekki *(mle)
	↻	Woda - 50ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 350ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Koper ogrodowy - 5g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 7g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Cukier - 2g, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g	połudwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 55g, Kawa, napar z cukrem - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2312,70 kCal
Witamina C	151,55 mg
Witamina B12	3,61 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,14 mg
Niacyna	21,88 mg
Witamina B2	2,23 mg
Witamina B1	1,79 mg
Witamina E	11,39 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,80 mg
Skrobia	222,40 mg
Sól	4419,14 mg
Mangan	3,85 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	12,07 mg
Żelazo	14,06 mg
Magnez	368,64 mg
Fosfor	1503,83 mg
Wapń	903,47 mg
Potas	5604,96 mg
Sód	2095,92 mg
Błonnik pokarmowy	30,16 g
Cukry proste	14,73 g
Węglowodany	332,44 g
Cholesterol	366,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,29 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,47 g
Tłuszcze nienasycone	37,07 g
Tłuszcze nasycone	22,86 g
Tłuszcze	65,62 g
Białka	112,50 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.09.2026, ŚRODA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2264,77 kCal
Witamina C	139,60 mg
Witamina B12	3,13 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	17,08 mg
Witamina B2	2,15 mg
Witamina B1	1,34 mg
Witamina E	10,16 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,33 mg
Skrobia	190,09 mg
Sól	5566,27 mg
Mangan	6,57 mg
Miedź	1,93 mg
Cynk	12,37 mg
Żelazo	12,67 mg
Magnez	470,11 mg
Fosfor	1727,19 mg
Wapń	1194,11 mg
Potas	5348,39 mg
Sód	2104,68 mg
Błonnik pokarmowy	37,61 g
Cukry proste	43,74 g
Węglowodany	359,70 g
Cholesterol	195,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,50 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,36 g
Tłuszcze nienasycone	37,57 g
Tłuszcze nasycone	23,66 g
Tłuszcze	66,01 g
Białka	92,00 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	↷	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 55g, Pietruszka, liście - 10g, Olej rzepakowy - 5g, Noga (udo) kurczaka - 140g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 80g, Ziemniaki, średnio - 290g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2241,71 kCal
Witamina C	197,21 mg
Witamina B12	3,49 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	2,82 mg
Niacyna	18,72 mg
Witamina B2	2,52 mg
Witamina B1	1,41 mg
Witamina E	11,87 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,95 mg
Skrobia	180,98 mg
Sól	4758,96 mg
Mangan	4,44 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	10,93 mg
Żelazo	13,02 mg
Magnez	389,83 mg
Fosfor	1754,42 mg
Wapń	1004,23 mg
Potas	4854,72 mg
Sód	1901,99 mg
Błonnik pokarmowy	30,37 g
Cukry proste	14,25 g
Węglowodany	312,07 g
Cholesterol	203,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,07 g
Tłuszcze nienasycone	39,84 g
Tłuszcze nasycone	24,54 g
Tłuszcze	69,34 g
Białka	107,05 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	kielbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Miód pszczeli *(Mió), Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, kielbasa szynkowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Pietruszka, liście - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Noga (udo) kurczaka - 150g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 150g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Kalafior, mrożony - 35g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 200g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):
Kalorie	2185,01 kCal
Witamina C	176,44 mg
Witamina B12	2,40 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,73 mg
Niacyna	19,02 mg
Witamina B2	1,94 mg
Witamina B1	1,41 mg
Witamina E	8,39 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,13 mg
Skrobia	226,67 mg
Sól	5463,31 mg
Mangan	4,48 mg
Miedź	1,74 mg
Cynk	10,20 mg
Żelazo	13,80 mg
Magnez	391,78 mg
Fosfor	1517,17 mg
Wapń	1011,23 mg
Potas	4831,17 mg
Sód	2273,54 mg
Błonnik pokarmowy	32,50 g
Cukry proste	20,89 g
Węglowodany	339,81 g
Cholesterol	184,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,88 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,91 g
Tłuszcze nienasycone	28,24 g
Tłuszcze nasycone	18,03 g
Tłuszcze	50,36 g
Białka	108,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Miód pszczeli *(Mió), Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Pietruszka, liście - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Noga (udo) kurczaka - 150g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Kalafior, mrożony - 35g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kasza manna *(glu) - 50g, Syrop truskawkowy - 10g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2475,11 kCal
Witamina C	178,52 mg
Witamina B12	3,40 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	2,82 mg
Niacyna	19,05 mg
Witamina B2	2,35 mg
Witamina B1	1,52 mg
Witamina E	9,34 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,74 mg
Skrobia	252,78 mg
Sól	5693,96 mg
Mangan	4,58 mg
Miedź	1,78 mg
Cynk	11,18 mg
Żelazo	14,13 mg
Magnez	419,93 mg
Fosfor	1736,32 mg
Wapń	1295,73 mg
Potas	5122,22 mg
Sód	2359,39 mg
Błonnik pokarmowy	31,71 g
Cukry proste	19,64 g
Węglowodany	381,92 g
Cholesterol	207,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,30 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,72 g
Tłuszcze nienasycone	32,47 g
Tłuszcze nasycone	22,06 g
Tłuszcze	59,21 g
Białka	119,21 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Pulpet drobiowy w sosie, marchewka gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kasza manna na mleku	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Miód), Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	↻	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Płatki owsiane - 25g, kielbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 50g, Sałata - 10g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 70g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Kalafior, mrożony - 35g, Ziemniaki, średnio - 150g, Kasza jęczmienna, perłowa - 50g	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml, Woda - 100ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 30g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1700,02 kCal
Witamina C	93,13 mg
Witamina B12	2,76 µg
Foliany	0,32 mg
Witamina B6	1,89 mg
Niacyna	12,80 mg
Witamina B2	1,74 mg
Witamina B1	1,07 mg
Witamina E	8,79 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,83 mg
Skrobia	144,36 mg
Sól	4071,42 mg
Mangan	3,62 mg
Miedź	1,25 mg
Cynk	7,74 mg
Żelazo	9,22 mg
Magnez	305,81 mg
Fosfor	1275,54 mg
Wapń	1061,26 mg
Potas	3630,09 mg
Sód	1711,18 mg
Błonnik pokarmowy	24,94 g
Cukry proste	17,84 g
Węglowodany	249,87 g
Cholesterol	140,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,04 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,32 g
Tłuszcze nienasycone	25,95 g
Tłuszcze nasycone	16,80 g
Tłuszcze	45,96 g
Białka	84,11 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.09.2026, ŚRODA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2475,67 kCal
Witamina C	161,80 mg
Witamina B12	4,09 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,72 mg
Niacyna	21,15 mg
Witamina B2	2,84 mg
Witamina B1	1,60 mg
Witamina E	11,39 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,00 mg
Skrobia	193,84 mg
Sól	5873,82 mg
Mangan	6,69 mg
Miedź	2,04 mg
Cynk	13,15 mg
Żelazo	14,05 mg
Magnez	514,46 mg
Fosfor	2018,84 mg
Wapń	1242,21 mg
Potas	6078,84 mg
Sód	2322,98 mg
Błonnik pokarmowy	37,26 g
Cukry proste	35,39 g
Węglowodany	360,29 g
Cholesterol	295,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,21 g
Tłuszcze nienasycone	45,83 g
Tłuszcze nasycone	26,61 g
Tłuszcze	78,66 g
Białka	115,44 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.09.2026, ŚRODA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2271,51 kCal
Witamina C	190,24 mg
Witamina B12	2,56 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,64 mg
Niacyna	17,56 mg
Witamina B2	1,95 mg
Witamina B1	1,35 mg
Witamina E	13,17 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,17 mg
Skrobia	226,74 mg
Sól	5412,77 mg
Mangan	8,06 mg
Miedź	1,82 mg
Cynk	12,63 mg
Żelazo	15,11 mg
Magnez	444,54 mg
Fosfor	1741,77 mg
Wapń	1015,07 mg
Potas	4392,50 mg
Sód	2247,30 mg
Błonnik pokarmowy	38,63 g
Cukry proste	22,57 g
Węglowodany	334,56 g
Cholesterol	182,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,49 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,68 g
Tłuszcze nienasycone	38,62 g
Tłuszcze nasycone	20,45 g
Tłuszcze	64,00 g
Białka	108,18 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.09.2026, ŚRODA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.09.2026, CZWARTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.09.2026, CZWARTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	1941,53 kCal
Witamina C	131,53 mg
Witamina B12	2,94 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,89 mg
Niacyna	26,12 mg
Witamina B2	1,80 mg
Witamina B1	2,19 mg
Witamina E	14,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,94 mg
Skrobia	176,98 mg
Sól	5367,26 mg
Mangan	3,41 mg
Miedź	1,40 mg
Cynk	9,22 mg
Żelazo	12,00 mg
Magnez	339,38 mg
Fosfor	1345,83 mg
Wapń	871,51 mg
Potas	4934,70 mg
Sód	2145,43 mg
Błonnik pokarmowy	25,90 g
Cukry proste	20,52 g
Węglowodany	281,04 g
Cholesterol	115,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,32 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,15 g
Tłuszcze nienasycone	41,27 g
Tłuszcze nasycone	17,91 g
Tłuszcze	62,15 g
Białka	92,45 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.09.2026, CZWARTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.09.2026, CZWARTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.09.2026, CZWARTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2199,98 kCal
Witamina C	110,49 mg
Witamina B12	4,13 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	2,90 mg
Niacyna	24,58 mg
Witamina B2	2,37 mg
Witamina B1	2,24 mg
Witamina E	13,28 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,83 mg
Skrobia	182,37 mg
Sól	6117,51 mg
Mangan	3,11 mg
Miedź	1,37 mg
Cynk	10,74 mg
Żelazo	11,28 mg
Magnez	366,28 mg
Fosfor	1600,38 mg
Wapń	1446,71 mg
Potas	5124,10 mg
Sód	2949,83 mg
Błonnik pokarmowy	25,23 g
Cukry proste	20,42 g
Węglowodany	289,85 g
Cholesterol	134,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,33 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,08 g
Tłuszcze nienasycone	42,22 g
Tłuszcze nasycone	24,18 g
Tłuszcze	71,62 g
Białka	126,71 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.09.2026, CZWARTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1657,43 kCal
Witamina C	71,10 mg
Witamina B12	3,87 µg
Foliany	0,29 mg
Witamina B6	1,92 mg
Niacyna	18,59 mg
Witamina B2	2,02 mg
Witamina B1	1,62 mg
Witamina E	9,27 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,43 mg
Skrobia	123,55 mg
Sól	4897,66 mg
Mangan	2,35 mg
Miedź	1,03 mg
Cynk	8,54 mg
Żelazo	9,21 mg
Magnez	295,38 mg
Fosfor	1413,13 mg
Wapń	1189,46 mg
Potas	3871,75 mg
Sód	1957,53 mg
Błonnik pokarmowy	18,77 g
Cukry proste	11,48 g
Węglowodany	222,75 g
Cholesterol	131,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,63 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,58 g
Tłuszcze nienasycone	33,01 g
Tłuszcze nasycone	18,97 g
Tłuszcze	54,66 g
Białka	92,91 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.09.2026, CZWARTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2395,11 kCal
Witamina C	198,33 mg
Witamina B12	5,53 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	24,75 mg
Witamina B2	2,95 mg
Witamina B1	2,34 mg
Witamina E	14,53 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,39 mg
Skrobia	191,45 mg
Sól	7684,92 mg
Mangan	4,67 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	13,11 mg
Żelazo	12,65 mg
Magnez	426,51 mg
Fosfor	2034,46 mg
Wapń	1482,22 mg
Potas	5340,65 mg
Sód	3072,51 mg
Błonnik pokarmowy	31,27 g
Cukry proste	15,82 g
Węglowodany	309,48 g
Cholesterol	164,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,04 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,37 g
Tłuszcze nienasycone	37,41 g
Tłuszcze nasycone	27,44 g
Tłuszcze	75,87 g
Białka	133,46 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.09.2026, CZWARTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.09.2026, PIĄTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.09.2026, PIĄTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.09.2026, PIĄTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.09.2026, PIĄTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.09.2026, PIĄTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2377,23 kCal
Witamina C	157,46 mg
Witamina B12	5,44 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,84 mg
Niacyna	15,77 mg
Witamina B2	2,94 mg
Witamina B1	1,37 mg
Witamina E	11,15 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,12 mg
Skrobia	229,93 mg
Sól	3735,55 mg
Mangan	3,34 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	11,35 mg
Żelazo	11,99 mg
Magnez	379,65 mg
Fosfor	2075,34 mg
Wapń	1353,32 mg
Potas	5822,07 mg
Sód	1596,46 mg
Błonnik pokarmowy	29,65 g
Cukry proste	20,84 g
Węglowodany	344,86 g
Cholesterol	530,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,17 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,18 g
Tłuszcze nienasycone	32,60 g
Tłuszcze nasycone	23,80 g
Tłuszcze	61,48 g
Białka	120,78 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.09.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	galaretka 150g	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu
	↻	Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Koper ogrodowy - 5g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 6g, Marchew - 60g, Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 180g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, miruna ryba - 80g, Ryż biały - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, mieszanka warzywna - 120g	galaretka owocowa winiary *(oz, orz) - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa - 25g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 50g, Sałata - 5g	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1713,84 kCal
Witamina C	80,76 mg
Witamina B12	4,46 µg
Foliany	0,28 mg
Witamina B6	1,46 mg
Niacyna	8,39 mg
Witamina B2	2,20 mg
Witamina B1	0,79 mg
Witamina E	9,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,21 mg
Skrobia	117,65 mg
Sól	3014,30 mg
Mangan	1,86 mg
Miedź	0,99 mg
Cynk	7,78 mg
Żelazo	8,69 mg
Magnez	236,09 mg
Fosfor	1364,44 mg
Wapń	1011,13 mg
Potas	3332,40 mg
Sód	1250,94 mg
Błonnik pokarmowy	17,56 g
Cukry proste	26,88 g
Węglowodany	227,05 g
Cholesterol	514,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,33 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,27 g
Tłuszcze nienasycone	28,84 g
Tłuszcze nasycone	20,84 g
Tłuszcze	54,37 g
Białka	83,78 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.09.2026, PIĄTEK

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

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2504,93 kCal
Witamina C	151,26 mg
Witamina B12	5,18 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,29 mg
Niacyna	15,81 mg
Witamina B2	3,10 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	11,20 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,19 mg
Skrobia	218,90 mg
Sól	3914,90 mg
Mangan	5,20 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	12,48 mg
Żelazo	13,08 mg
Magnez	408,32 mg
Fosfor	2011,10 mg
Wapń	1012,80 mg
Potas	5771,48 mg
Sód	1616,42 mg
Błonnik pokarmowy	34,94 g
Cukry proste	34,83 g
Węglowodany	369,14 g
Cholesterol	531,62 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,89 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,31 g
Tłuszcze nienasycone	34,36 g
Tłuszcze nasycone	26,19 g
Tłuszcze	65,78 g
Białka	122,08 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.09.2026, PIĄTEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	kielbasa żywiecka, zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata, Ser topiony, edamski	babka ziemniaczana, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, zupa koperkowa	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, kielbasa żywiecka - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, Ser topiony, edamski - 17g	kielbasa podwawelska *(gor, glu) - 35g, Jaja kurze całe *(jaj) - 50g, Olej rzepakowy - 7g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 70ml, Ziemniaki, wczesne - 400g, Cebula - 50g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 50g, Musztarda - 3g, Marchew - 80g, Koper ogrodowy - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 200g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	skyr owocowy *(mle) - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2250,34 kCal
Witamina C	194,41 mg
Witamina B12	3,25 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,85 mg
Niacyna	15,97 mg
Witamina B2	2,06 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	11,23 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	227,81 mg
Sól	5921,46 mg
Mangan	4,90 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	10,28 mg
Żelazo	12,39 mg
Magnez	391,08 mg
Fosfor	1494,61 mg
Wapń	1173,89 mg
Potas	5289,12 mg
Sód	2366,02 mg
Błonnik pokarmowy	31,69 g
Cukry proste	28,41 g
Węglowodany	344,69 g
Cholesterol	256,89 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,33 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,78 g
Tłuszcze nienasycone	41,39 g
Tłuszcze nasycone	22,44 g
Tłuszcze	67,32 g
Białka	94,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.09.2026, SOBOTA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.09.2026, SOBOTA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.09.2026, SOBOTA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.09.2026, SOBOTA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2217,25 kCal
Witamina C	212,94 mg
Witamina B12	6,20 µg
Foliany	0,57 mg
Witamina B6	3,41 mg
Niacyna	28,49 mg
Witamina B2	3,01 mg
Witamina B1	1,51 mg
Witamina E	12,65 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,85 mg
Skrobia	195,01 mg
Sól	6029,25 mg
Mangan	3,28 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	14,27 mg
Żelazo	13,32 mg
Magnez	436,40 mg
Fosfor	1963,90 mg
Wapń	1479,30 mg
Potas	6381,30 mg
Sód	2409,25 mg
Błonnik pokarmowy	29,23 g
Cukry proste	21,36 g
Węglowodany	305,41 g
Cholesterol	410,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,95 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,96 g
Tłuszcze nienasycone	33,22 g
Tłuszcze nasycone	19,88 g
Tłuszcze	57,33 g
Białka	133,02 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.09.2026, SOBOTA

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

*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	1710,00 kCal
Witamina C	182,76 mg
Witamina B12	2,17 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,45 mg
Niacyna	12,63 mg
Witamina B2	1,95 mg
Witamina B1	0,98 mg
Witamina E	10,37 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,02 mg
Skrobia	123,51 mg
Sól	4223,40 mg
Mangan	2,61 mg
Miedź	1,10 mg
Cynk	6,44 mg
Żelazo	9,38 mg
Magnez	295,20 mg
Fosfor	1034,50 mg
Wapń	964,25 mg
Potas	4158,95 mg
Sód	1760,40 mg
Błonnik pokarmowy	21,58 g
Cukry proste	35,79 g
Węglowodany	226,27 g
Cholesterol	183,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,99 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,75 g
Tłuszcze nienasycone	25,93 g
Tłuszcze nasycone	18,80 g
Tłuszcze	51,42 g
Białka	96,08 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.09.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	kiełbasa żywiecka, zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata, Ser topiony, edamski	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, kiełbasa żywiecka - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, Ser topiony, edamski - 17g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g	Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Koper ogrodowy - 15g, Smetana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Chleb wiejski *(glu) - 50g, kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):
Kalorie	2454,55 kCal
Witamina C	197,67 mg
Witamina B12	5,24 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,73 mg
Niacyna	16,31 mg
Witamina B2	3,61 mg
Witamina B1	1,56 mg
Witamina E	10,64 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,22 mg
Skrobia	207,14 mg
Sól	6633,62 mg
Mangan	5,21 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	12,41 mg
Żelazo	13,83 mg
Magnez	501,62 mg
Fosfor	1967,84 mg
Wapń	1767,00 mg
Potas	6382,60 mg
Sód	2774,97 mg
Błonnik pokarmowy	32,94 g
Cukry proste	17,94 g
Węglowodany	345,23 g
Cholesterol	240,61 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,85 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,24 g
Tłuszcze nienasycone	36,21 g
Tłuszcze nasycone	27,76 g
Tłuszcze	72,91 g
Białka	130,25 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.09.2026, SOBOTA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	zupa krupnik 400ml, kurczak pieczony, ryż gotowany, Kompot, sałata z sosem winegret 120g	mielonka tyrolska *(glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy
	G	Marchew - 50g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Pietruszka, liście - 7g, Marchew - 70g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 220g, Ryż biały - 60g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Sałata - 90g, Olej rzepakowy - 15g, Koper ogrodowy - 5g, Szczypiorek - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, mielonka tyrolska - 30g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy - 330g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2193,98 kCal
Witamina C	149,54 mg
Witamina B12	3,20 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,84 mg
Niacyna	18,85 mg
Witamina B2	2,29 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	14,30 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,05 mg
Skrobia	157,85 mg
Sól	4713,46 mg
Mangan	4,89 mg
Miedź	1,62 mg
Cynk	11,78 mg
Żelazo	11,88 mg
Magnez	364,43 mg
Fosfor	1681,18 mg
Wapń	911,76 mg
Potas	4763,00 mg
Sód	1923,63 mg
Błonnik pokarmowy	28,24 g
Cukry proste	28,52 g
Węglowodany	293,97 g
Cholesterol	256,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,36 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,90 g
Tłuszcze nienasycone	42,65 g
Tłuszcze nasycone	21,42 g
Tłuszcze	71,23 g
Białka	108,64 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.09.2026, NIEDZIELA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2088,59 kCal
Witamina C	194,25 mg
Witamina B12	3,17 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	3,05 mg
Niacyna	19,37 mg
Witamina B2	2,14 mg
Witamina B1	1,41 mg
Witamina E	9,84 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,57 mg
Skrobia	181,60 mg
Sól	5540,82 mg
Mangan	3,34 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	9,13 mg
Żelazo	10,75 mg
Magnez	368,96 mg
Fosfor	1478,80 mg
Wapń	983,14 mg
Potas	5367,57 mg
Sód	2118,12 mg
Błonnik pokarmowy	28,17 g
Cukry proste	16,02 g
Węglowodany	307,24 g
Cholesterol	211,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,04 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,98 g
Tłuszcze nienasycone	33,36 g
Tłuszcze nasycone	22,38 g
Tłuszcze	60,19 g
Białka	94,92 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.09.2026, NIEDZIELA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	7	szynka śląska, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, kasza kukurydziana - 25g, Marchew - 50g, szynka śląska - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 120g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.09.2026, NIEDZIELA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.09.2026, NIEDZIELA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.09.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	kanapka z pomidorem	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	budyń *(mle)	mielonka tyrolska *(glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Marchew - 50g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Pomidor - 30g, margaryna Lactima 10g - 5g, Sałata - 5g, Chleb wiejski *(glu) - 25g	Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Seler korzeniowy *(sel) - 65g, Pietruszka, korzeń - 30g, Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 100g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 220g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Budyń w proszku - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, mielonka tyrolska - 30g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	serek wiejski lekki - 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	2549,64 kCal
Witamina C	199,97 mg
Witamina B12	4,08 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,84 mg
Niacyna	22,19 mg
Witamina B2	2,69 mg
Witamina B1	1,67 mg
Witamina E	9,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,25 mg
Skrobia	181,39 mg
Sól	5587,28 mg
Mangan	4,78 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	12,15 mg
Żelazo	12,24 mg
Magnez	436,96 mg
Fosfor	1915,20 mg
Wapń	1245,94 mg
Potas	6101,72 mg
Sód	2602,27 mg
Błonnik pokarmowy	34,44 g
Cukry proste	28,55 g
Węglowodany	330,26 g
Cholesterol	300,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,42 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,48 g
Tłuszcze nienasycone	41,51 g
Tłuszcze nasycone	33,46 g
Tłuszcze	84,68 g
Białka	134,15 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.09.2026, NIEDZIELA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	kiełbasa biała parzona, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser, edamski tłusty	zupz szpinakowa 400ml, pyzy z mięsem, Kompot, surówka z kapusty czerwonej	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kaszanka z cebulą, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki owsiane - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, kiełbasa biała parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, edamski tłusty - 30g	Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Noga (udo) kurczaka - 40g, Wieprzowina, łopatka - 40g, Cebula - 30g, Skrobia ziemniaczana - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, ocet - 2g, Cukier - 5g, Jabłko - 20g, Kapusta czerwona - 90g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kasza gryczana - 90g, Cebula - 20g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2437,50 kCal
Witamina C	245,06 mg
Witamina B12	5,07 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,73 mg
Niacyna	20,54 mg
Witamina B2	2,54 mg
Witamina B1	2,14 mg
Witamina E	13,74 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,06 mg
Skrobia	238,19 mg
Sól	4586,94 mg
Mangan	7,33 mg
Miedź	2,03 mg
Cynk	15,21 mg
Żelazo	14,66 mg
Magnez	620,75 mg
Fosfor	2221,38 mg
Wapń	1451,77 mg
Potas	5748,48 mg
Sód	1832,86 mg
Błonnik pokarmowy	34,95 g
Cukry proste	16,97 g
Węglowodany	353,41 g
Cholesterol	241,68 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,36 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,84 g
Tłuszcze nienasycone	41,56 g
Tłuszcze nasycone	29,61 g
Tłuszcze	75,79 g
Białka	103,12 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.09.2026, PONIEDZIAŁEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.09.2026, 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, Kompot, surówka z czerwonej kapusty	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, Szynka wieprzowa, gotowana	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Schab biały *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Ziemniaki, średnio - 640g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Szpinak, mrożony - 25g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Noga (udo) kurczaka - 40g, Wieprzowina, łopatka - 40g, Cebula - 30g, Marchew - 50g, Skrobia ziemniaczana - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 15g, Olej rzepakowy - 5g	Jabłko - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g, Szynka wieprzowa, gotowana - 30g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	płatki owsiane na mleku 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Schab biały *(soj)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab biały *(soj) - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 85g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Truskawki, mrożone - 200g, Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 70g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 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	2280,23 kCal
Witamina C	238,66 mg
Witamina B12	4,32 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,05 mg
Niacyna	12,78 mg
Witamina B2	2,38 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	12,06 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	217,95 mg
Sól	5177,69 mg
Mangan	4,35 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	9,29 mg
Żelazo	12,19 mg
Magnez	357,85 mg
Fosfor	1562,43 mg
Wapń	1255,82 mg
Potas	4348,28 mg
Sód	2101,76 mg
Błonnik pokarmowy	29,36 g
Cukry proste	31,13 g
Węglowodany	361,10 g
Cholesterol	104,08 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,37 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,00 g
Tłuszcze nienasycone	28,37 g
Tłuszcze nasycone	22,36 g
Tłuszcze	56,27 g
Białka	98,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.09.2026, PONIEDZIAŁEK

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2240,78 kCal
Witamina C	226,01 mg
Witamina B12	4,13 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	2,00 mg
Niacyna	12,26 mg
Witamina B2	2,51 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	11,65 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,10 mg
Skrobia	206,49 mg
Sól	5934,49 mg
Mangan	4,17 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	9,77 mg
Żelazo	12,54 mg
Magnez	345,80 mg
Fosfor	1603,23 mg
Wapń	1293,32 mg
Potas	4058,33 mg
Sód	2798,11 mg
Błonnik pokarmowy	26,00 g
Cukry proste	23,80 g
Węglowodany	308,23 g
Cholesterol	305,48 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,46 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,44 g
Tłuszcze nienasycone	29,90 g
Tłuszcze nasycone	25,39 g
Tłuszcze	63,50 g
Białka	123,04 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	↪	płatki owsiane na mleku 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jabłka pieczone
	↻	Woda - 50ml, Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab biały *(soj) - 1g, Bułki pszenne zwykłe - 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 28.09.2026, PONIEDZIAŁEK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.09.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	płatki owsiane na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, 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)
	G	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 - 200g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2003,65 kCal
Witamina C	202,21 mg
Witamina B12	3,60 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	1,86 mg
Niacyna	11,49 mg
Witamina B2	2,19 mg
Witamina B1	1,18 mg
Witamina E	8,46 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,84 mg
Skrobia	190,59 mg
Sól	5086,68 mg
Mangan	4,28 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	8,93 mg
Żelazo	11,51 mg
Magnez	335,55 mg
Fosfor	1447,58 mg
Wapń	1232,25 mg
Potas	3727,14 mg
Sód	2451,24 mg
Błonnik pokarmowy	25,91 g
Cukry proste	21,75 g
Węglowodany	290,74 g
Cholesterol	260,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,58 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,06 g
Tłuszcze nienasycone	23,64 g
Tłuszcze nasycone	22,00 g
Tłuszcze	52,72 g
Białka	105,27 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle), Śliwki	Kompot, sałata z sosem winegret 120g, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Krakowska parzona, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, polędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g, Śliwki - 80g	Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Sałata - 90g, Olej rzepakowy - 5g, Koper ogrodowy - 7g, Pietruszka, liście - 7g, Rzodkiewka - 20g, Wieprzowina, karkówka - 120g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Krakowska parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2168,99 kCal
Witamina C	175,80 mg
Witamina B12	2,98 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,92 mg
Niacyna	20,84 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	2,01 mg
Witamina E	12,96 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,20 mg
Skrobia	183,02 mg
Sól	4740,47 mg
Mangan	4,67 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	12,35 mg
Żelazo	12,73 mg
Magnez	359,01 mg
Fosfor	1407,10 mg
Wapń	1019,09 mg
Potas	5268,67 mg
Sód	1939,82 mg
Błonnik pokarmowy	30,53 g
Cukry proste	37,35 g
Węglowodany	299,55 g
Cholesterol	142,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,28 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,63 g
Tłuszcze nienasycone	41,11 g
Tłuszcze nasycone	27,23 g
Tłuszcze	72,81 g
Białka	92,78 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.09.2026, 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 zielenią	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 - 90g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 40g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 75g, Dżem morelowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Szczypiorek, twaróg z zieleniną	Jabłko	Kompot, sałata z sosem winegret 120g, sztuka mięsa gotowana w sosie, 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	Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Sałata - 90g, Olej rzepakowy - 15g, Koper ogrodowy - 7g, Pietruszka, liście - 7g, Rzodkiewka - 20g, Marchew - 65g, Pietruszka, korzeń - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Wieprzowina, karkówka - 120g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, 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, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2264,23 kCal
Witamina C	189,35 mg
Witamina B12	3,97 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,13 mg
Niacyna	20,90 mg
Witamina B2	2,50 mg
Witamina B1	2,13 mg
Witamina E	16,75 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,03 mg
Skrobia	189,26 mg
Sól	4726,82 mg
Mangan	6,83 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	15,21 mg
Żelazo	13,93 mg
Magnez	428,80 mg
Fosfor	1789,33 mg
Wapń	1106,62 mg
Potas	5771,57 mg
Sód	1888,82 mg
Błonnik pokarmowy	36,23 g
Cukry proste	21,62 g
Węglowodany	304,06 g
Cholesterol	159,93 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,22 g
Tłuszcze jednonienasycone	30,18 g
Tłuszcze nienasycone	49,55 g
Tłuszcze nasycone	27,50 g
Tłuszcze	82,55 g
Białka	94,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.09.2026, WTOREK

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem morelowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Sałata, twaróg z zieleniną	buraczki duszone, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 25g, Woda - 50ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 100g, Koper ogrodowy - 10g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Dżem morelowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Sałata - 10g	Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Burak - 120g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Olej rzepakowy - 5g, Marchew - 65g, Pietruszka, korzeń - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, karkówka - 150g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Koper ogrodowy - 2g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2515,27 kCal
Witamina C	161,82 mg
Witamina B12	5,44 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,13 mg
Niacyna	22,97 mg
Witamina B2	3,19 mg
Witamina B1	2,28 mg
Witamina E	8,80 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,74 mg
Skrobia	216,17 mg
Sól	4850,33 mg
Mangan	3,60 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	15,23 mg
Żelazo	13,73 mg
Magnez	387,81 mg
Fosfor	2014,80 mg
Wapń	1254,31 mg
Potas	5898,31 mg
Sód	1938,39 mg
Błonnik pokarmowy	25,64 g
Cukry proste	16,97 g
Węglowodany	342,65 g
Cholesterol	205,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,61 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,44 g
Tłuszcze nienasycone	37,21 g
Tłuszcze nasycone	31,21 g
Tłuszcze	73,38 g
Białka	133,85 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D11) Dieta papkowata(5):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), twaróg z zieleniną	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	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 29.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):	~	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłka pieczone	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 50g, Koper ogrodowy - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Wieprzowina, łopatka - 70g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Burak - 90g, ocet - 2g, Cukier - 1g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 400g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g	Jabłka pieczone - 140g	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 29.09.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(C01) Dieta podstawowa (dla kobiet w okresie ciąży)(6):	→	połudwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Ryż biały - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, połędwica miodowa regionalna - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 35g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	Wieprzowina, łopatka - 85g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Burak - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 4g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 45g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	→	Pasztet z kurczaka, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Papryka czerwona, Sałata	zupa grochowa 400ml, kurczak pieczony, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, pasta z łososia wędzonego, Sałata	Banan
	↺	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pasztet z kurczaka - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Groch, nasiona suche - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Marchew - 170g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Cebula - 20g, Kiełbasa śląska - 15g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 220g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Koper ogrodowy - 15g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 25g, łosoś brzuszek - 35g, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, 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	2391,00 kCal
Witamina C	191,72 mg
Witamina B12	3,36 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	4,23 mg
Niacyna	23,81 mg
Witamina B2	2,56 mg
Witamina B1	1,68 mg
Witamina E	10,22 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,62 mg
Skrobia	183,35 mg
Sól	6275,25 mg
Mangan	5,81 mg
Miedź	2,05 mg
Cynk	13,66 mg
Żelazo	14,05 mg
Magnez	517,00 mg
Fosfor	1926,20 mg
Wapń	926,85 mg
Potas	6547,55 mg
Sód	2577,70 mg
Błonnik pokarmowy	37,96 g
Cukry proste	29,66 g
Węglowodany	341,39 g
Cholesterol	269,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,10 g
Tłuszcze nienasycone	36,66 g
Tłuszcze nasycone	21,54 g
Tłuszcze	74,66 g
Białka	117,02 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.09.2026, ŚRODA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	kiełbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)	zupa grysikowa 400ml, Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	Jabłko	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, pasta z łososia wędzonego, Sałata	kanapka z wędliną
	↺	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 140g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 150g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Olej rzepakowy - 10g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Koper ogrodowy - 15g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 25g, łosoś brzuski - 35g, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	J	kiełbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), marchewka gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	połudwica miodowa regionalna *(soj), Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 90g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Marchew - 250g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kalafior, mrożony - 70g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 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	2008,66 kCal
Witamina C	130,17 mg
Witamina B12	3,47 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,63 mg
Niacyna	18,43 mg
Witamina B2	2,38 mg
Witamina B1	1,28 mg
Witamina E	10,75 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,73 mg
Skrobia	187,08 mg
Sól	6660,16 mg
Mangan	3,09 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	10,39 mg
Żelazo	11,56 mg
Magnez	412,13 mg
Fosfor	1652,57 mg
Wapń	2011,23 mg
Potas	5365,22 mg
Sód	2518,19 mg
Błonnik pokarmowy	30,61 g
Cukry proste	17,11 g
Węglowodany	309,87 g
Cholesterol	168,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,58 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,07 g
Tłuszcze nienasycone	30,49 g
Tłuszcze nasycone	17,00 g
Tłuszcze	51,05 g
Białka	92,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.09.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	~	kielbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa grysikowa 400ml, Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	połudwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kajzerki, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Marchew - 50g, kielbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 150g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 240g, Jaja kurze całe *(jaj) - 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) - 25g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, połędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Kajzerki - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 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	2345,87 kCal
Witamina C	120,13 mg
Witamina B12	5,83 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	2,50 mg
Niacyna	18,07 mg
Witamina B2	3,30 mg
Witamina B1	1,30 mg
Witamina E	10,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,18 mg
Skrobia	193,46 mg
Sól	6762,74 mg
Mangan	2,98 mg
Miedź	1,30 mg
Cynk	12,85 mg
Żelazo	11,55 mg
Magnez	422,52 mg
Fosfor	2213,07 mg
Wapń	1679,54 mg
Potas	4935,05 mg
Sód	2702,92 mg
Błonnik pokarmowy	21,58 g
Cukry proste	9,24 g
Węglowodany	304,66 g
Cholesterol	374,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,40 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,71 g
Tłuszcze nienasycone	39,51 g
Tłuszcze nasycone	26,02 g
Tłuszcze	71,63 g
Białka	130,85 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.09.2026, ŚRODA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.09.2026, ŚRODA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.09.2026, ŚRODA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Krakowska parzona, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, makaron spaghetti, Kompot, Ogórek	marmolada wieloowocowa, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Krakowska parzona - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 140g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, Pietruszka, liście - 9g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Pietruszka, korzeń - 35g, Cebula - 30g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Olej rzepakowy - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Wieprzowina, łopatka - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ogórek - 120g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab biały *(soj) - 1g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.10.2026, 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 - 500g, 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	1972,12 kCal
Witamina C	185,08 mg
Witamina B12	3,67 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,30 mg
Niacyna	25,24 mg
Witamina B2	2,27 mg
Witamina B1	2,65 mg
Witamina E	12,03 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,91 mg
Skrobia	183,70 mg
Sól	4950,41 mg
Mangan	3,32 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	11,15 mg
Żelazo	12,65 mg
Magnez	383,20 mg
Fosfor	1510,97 mg
Wapń	1067,98 mg
Potas	5651,12 mg
Sód	1978,34 mg
Błonnik pokarmowy	28,64 g
Cukry proste	14,59 g
Węglowodany	281,18 g
Cholesterol	189,82 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,87 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,71 g
Tłuszcze nienasycone	39,03 g
Tłuszcze nasycone	20,60 g
Tłuszcze	62,79 g
Białka	99,00 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	kanapka z papryką	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	surówka z kapusty białej	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	pieczywo chrupkie żytnie *(glu)
	↺	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Papryka czerwona - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, mieszanka warzywna - 20g, Marchew - 35g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 13g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 140g	Koper ogrodowy - 2g, Kapusta biała - 80g, Olej rzepakowy - 2g, Marchew - 30g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Chleb chrupki - 30g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2147,86 kCal
Witamina C	246,18 mg
Witamina B12	2,75 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,23 mg
Niacyna	21,49 mg
Witamina B2	2,05 mg
Witamina B1	2,09 mg
Witamina E	16,74 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,01 mg
Skrobia	214,16 mg
Sól	7831,81 mg
Mangan	7,85 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	13,77 mg
Żelazo	15,55 mg
Magnez	447,39 mg
Fosfor	1606,85 mg
Wapń	931,76 mg
Potas	5664,92 mg
Sód	3130,99 mg
Błonnik pokarmowy	38,83 g
Cukry proste	18,91 g
Węglowodany	320,34 g
Cholesterol	169,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,18 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,92 g
Tłuszcze nienasycone	44,54 g
Tłuszcze nasycone	20,39 g
Tłuszcze	68,69 g
Białka	95,93 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.10.2026, 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 - 500g, 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, szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel) - 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	2039,20 kCal
Witamina C	206,34 mg
Witamina B12	2,69 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,61 mg
Niacyna	14,96 mg
Witamina B2	1,91 mg
Witamina B1	1,25 mg
Witamina E	9,15 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,32 mg
Skrobia	201,74 mg
Sól	7793,20 mg
Mangan	3,47 mg
Miedź	1,39 mg
Cynk	7,74 mg
Żelazo	11,77 mg
Magnez	348,45 mg
Fosfor	1280,65 mg
Wapń	1019,65 mg
Potas	5071,15 mg
Sód	3115,75 mg
Błonnik pokarmowy	30,58 g
Cukry proste	45,49 g
Węglowodany	339,34 g
Cholesterol	110,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,00 g
Tłuszcze jednonienasycone	10,84 g
Tłuszcze nienasycone	27,06 g
Tłuszcze nasycone	17,21 g
Tłuszcze	49,05 g
Białka	91,36 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.10.2026, 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) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, marmolada wieloowocowa - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Pietruszka, korzeń - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Pietruszka, liście - 5g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 120g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 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 - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2388,67 kCal
Witamina C	172,48 mg
Witamina B12	4,43 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	21,79 mg
Witamina B2	2,79 mg
Witamina B1	2,05 mg
Witamina E	12,28 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,78 mg
Skrobia	201,25 mg
Sól	7687,11 mg
Mangan	3,19 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	11,90 mg
Żelazo	12,68 mg
Magnez	394,05 mg
Fosfor	1797,32 mg
Wapń	1243,23 mg
Potas	5708,67 mg
Sód	3073,29 mg
Błonnik pokarmowy	30,05 g
Cukry proste	38,72 g
Węglowodany	351,06 g
Cholesterol	202,62 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,29 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,53 g
Tłuszcze nienasycone	41,28 g
Tłuszcze nasycone	24,17 g
Tłuszcze	69,11 g
Białka	122,45 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.10.2026, 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, Szynka wieprzowa, gotowana - 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	2243,75 kCal
Witamina C	156,67 mg
Witamina B12	4,84 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	20,83 mg
Witamina B2	2,99 mg
Witamina B1	2,00 mg
Witamina E	12,16 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,11 mg
Skrobia	188,77 mg
Sól	6464,70 mg
Mangan	3,12 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	12,08 mg
Żelazo	11,88 mg
Magnez	391,75 mg
Fosfor	1887,25 mg
Wapń	1294,95 mg
Potas	5472,15 mg
Sód	2584,45 mg
Błonnik pokarmowy	28,18 g
Cukry proste	13,05 g
Węglowodany	300,80 g
Cholesterol	209,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,23 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,25 g
Tłuszcze nienasycone	44,71 g
Tłuszcze nasycone	24,92 g
Tłuszcze	73,46 g
Białka	122,91 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.10.2026, 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 - 300g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Pietruszka, liście - 3g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 65g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, Pietruszka, korzeń - 30g, Wieprzowina, szynka surowa - 60g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Herbatniki - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 40g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 80g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(P02) Dieta łatwostrawna (dla dzieci i młodzieży)(3):
Kalorie	1748,44 kCal
Witamina C	136,44 mg
Witamina B12	3,30 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,33 mg
Niacyna	16,00 mg
Witamina B2	2,14 mg
Witamina B1	1,56 mg
Witamina E	8,77 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,03 mg
Skrobia	128,64 mg
Sól	3921,05 mg
Mangan	2,57 mg
Miedź	1,22 mg
Cynk	8,74 mg
Żelazo	9,62 mg
Magnez	287,22 mg
Fosfor	1324,74 mg
Wapń	853,67 mg
Potas	4104,02 mg
Sód	1519,51 mg
Błonnik pokarmowy	24,41 g
Cukry proste	36,12 g
Węglowodany	257,34 g
Cholesterol	171,82 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,64 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,86 g
Tłuszcze nienasycone	30,25 g
Tłuszcze nasycone	18,92 g
Tłuszcze	52,08 g
Białka	88,67 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.10.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK 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 - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, 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 - 140g	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	2414,77 kCal
Witamina C	165,65 mg
Witamina B12	5,35 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,36 mg
Niacyna	24,04 mg
Witamina B2	3,10 mg
Witamina B1	2,63 mg
Witamina E	11,09 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,37 mg
Skrobia	176,23 mg
Sól	4978,21 mg
Mangan	3,65 mg
Miedź	1,62 mg
Cynk	12,95 mg
Żelazo	12,30 mg
Magnez	417,60 mg
Fosfor	1964,47 mg
Wapń	1443,03 mg
Potas	5882,52 mg
Sód	2020,99 mg
Błonnik pokarmowy	29,47 g
Cukry proste	35,33 g
Węglowodany	332,99 g
Cholesterol	222,82 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,57 g
Tłuszcze nienasycone	37,74 g
Tłuszcze nasycone	27,29 g
Tłuszcze	70,17 g
Białka	129,38 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.10.2026, 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, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, sałatka makaronowa I	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Woda - 50ml, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, gouda tłusty - 50g	filety zapiekane z serem *(glu, mle) - 100g, Kapusta kwaszona - 80g, Marchew - 40g, Pietruszka, korzeń - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 100g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Papryka czerwona - 60g, Ogórek - 60g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 20g, Koper ogrodowy - 3g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 40g, kiełbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2219,32 kCal
Witamina C	251,02 mg
Witamina B12	4,63 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,94 mg
Niacyna	15,61 mg
Witamina B2	2,23 mg
Witamina B1	1,28 mg
Witamina E	10,15 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,75 mg
Skrobia	179,60 mg
Sól	6378,43 mg
Mangan	4,35 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	10,96 mg
Żelazo	10,67 mg
Magnez	388,37 mg
Fosfor	1661,96 mg
Wapń	1564,99 mg
Potas	5314,81 mg
Sód	2049,57 mg
Błonnik pokarmowy	33,36 g
Cukry proste	23,10 g
Węglowodany	328,78 g
Cholesterol	127,48 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,38 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,55 g
Tłuszcze nienasycone	34,33 g
Tłuszcze nasycone	26,66 g
Tłuszcze	64,30 g
Białka	93,62 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.10.2026, 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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kasza kukurydziana - 25g, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 75g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, miruna ryba - 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	2263,30 kCal
Witamina C	162,61 mg
Witamina B12	4,12 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,72 mg
Niacyna	15,37 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	13,85 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,02 mg
Skrobia	173,51 mg
Sól	3897,80 mg
Mangan	2,96 mg
Miedź	1,46 mg
Cynk	9,19 mg
Żelazo	11,49 mg
Magnez	330,05 mg
Fosfor	1540,70 mg
Wapń	1036,00 mg
Potas	5100,65 mg
Sód	1567,40 mg
Błonnik pokarmowy	30,32 g
Cukry proste	33,42 g
Węglowodany	317,03 g
Cholesterol	466,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,21 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,98 g
Tłuszcze nienasycone	39,65 g
Tłuszcze nasycone	23,83 g
Tłuszcze	68,42 g
Białka	104,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle), Szczypiorek	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Ryba gotowana, Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kanapka z pomidorem	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Sok pomidorowy
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 20g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g, Szczypiorek - 15g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, miruna ryba - 120g, Olej rzepakowy - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kukurydza, konserwowa - 5g, 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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Sok pomidorowy - 330g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2296,22 kCal
Witamina C	301,14 mg
Witamina B12	4,16 µg
Foliany	0,66 mg
Witamina B6	4,07 mg
Niacyna	21,09 mg
Witamina B2	2,87 mg
Witamina B1	1,70 mg
Witamina E	21,58 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,62 mg
Skrobia	217,41 mg
Sól	5636,50 mg
Mangan	7,14 mg
Miedź	2,18 mg
Cynk	14,75 mg
Żelazo	16,42 mg
Magnez	505,85 mg
Fosfor	2051,21 mg
Wapń	1857,53 mg
Potas	7364,78 mg
Sód	2321,09 mg
Błonnik pokarmowy	41,24 g
Cukry proste	22,80 g
Węglowodany	335,39 g
Cholesterol	410,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,50 g
Tłuszcze jednonienasycone	29,98 g
Tłuszcze nienasycone	47,48 g
Tłuszcze nasycone	16,68 g
Tłuszcze	69,08 g
Białka	102,36 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.10.2026, 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 - 500g, 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	2088,19 kCal
Witamina C	163,61 mg
Witamina B12	2,93 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,64 mg
Niacyna	13,63 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,16 mg
Witamina E	11,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,69 mg
Skrobia	190,07 mg
Sól	3707,92 mg
Mangan	2,78 mg
Miedź	1,34 mg
Cynk	8,19 mg
Żelazo	9,69 mg
Magnez	304,73 mg
Fosfor	1385,85 mg
Wapń	948,00 mg
Potas	4853,80 mg
Sód	1623,28 mg
Błonnik pokarmowy	30,28 g
Cukry proste	21,18 g
Węglowodany	316,90 g
Cholesterol	150,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,89 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,05 g
Tłuszcze nienasycone	28,23 g
Tłuszcze nasycone	14,49 g
Tłuszcze	46,25 g
Białka	111,39 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.10.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):	7	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	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 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 02.10.2026, 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 02.10.2026, 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)
	↻	Woda - 50ml, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, 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) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 50g, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 2g, Koper ogrodowy - 1g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 80g, Sałata - 10g	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	1667,00 kCal
Witamina C	162,35 mg
Witamina B12	3,33 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	1,91 mg
Niacyna	10,95 mg
Witamina B2	1,95 mg
Witamina B1	0,84 mg
Witamina E	9,41 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,18 mg
Skrobia	106,04 mg
Sól	2388,15 mg
Mangan	1,99 mg
Miedź	1,22 mg
Cynk	6,74 mg
Żelazo	9,12 mg
Magnez	261,52 mg
Fosfor	1217,29 mg
Wapń	982,32 mg
Potas	4020,21 mg
Sód	1084,19 mg
Błonnik pokarmowy	23,84 g
Cukry proste	35,69 g
Węglowodany	237,68 g
Cholesterol	287,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,09 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,77 g
Tłuszcze nienasycone	22,10 g
Tłuszcze nasycone	16,03 g
Tłuszcze	41,61 g
Białka	92,75 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.10.2026, 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 03.10.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	↪	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, Ser topiony, edamski	gulasz z żołądków drobiowych, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kasza gryczana, gotowana, Kompot	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Gruszka
	↻	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, Ser topiony, edamski - 1g	Marchew - 110g, Żołądek kurczaka - 120g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Olej rzepakowy - 5g, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 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) - 200ml, 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 - 30g	Gruszka - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2053,57 kCal
Witamina C	208,78 mg
Witamina B12	3,18 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	2,29 mg
Niacyna	15,45 mg
Witamina B2	1,78 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	11,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,71 mg
Skrobia	167,50 mg
Sól	5422,33 mg
Mangan	5,40 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	13,43 mg
Żelazo	16,43 mg
Magnez	394,91 mg
Fosfor	1452,18 mg
Wapń	802,57 mg
Potas	3948,66 mg
Sód	2034,56 mg
Błonnik pokarmowy	33,99 g
Cukry proste	26,11 g
Węglowodany	278,27 g
Cholesterol	398,42 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,62 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,63 g
Tłuszcze nienasycone	40,31 g
Tłuszcze nasycone	25,82 g
Tłuszcze	71,45 g
Białka	90,74 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.10.2026, 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, Szynka 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, Szynka bankietowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 10g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 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) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Banan - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2116,85 kCal
Witamina C	214,50 mg
Witamina B12	3,13 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	4,01 mg
Niacyna	27,82 mg
Witamina B2	2,15 mg
Witamina B1	2,34 mg
Witamina E	14,23 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,34 mg
Skrobia	175,46 mg
Sól	4791,45 mg
Mangan	4,18 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	9,53 mg
Żelazo	12,78 mg
Magnez	420,30 mg
Fosfor	1447,00 mg
Wapń	824,90 mg
Potas	6200,05 mg
Sód	1914,55 mg
Błonnik pokarmowy	30,66 g
Cukry proste	30,65 g
Węglowodany	301,77 g
Cholesterol	124,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,27 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,72 g
Tłuszcze nienasycone	36,00 g
Tłuszcze nasycone	21,13 g
Tłuszcze	63,21 g
Białka	101,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.10.2026, 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) - 25g, 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 - 200g, 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	2036,15 kCal
Witamina C	209,15 mg
Witamina B12	2,73 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,89 mg
Niacyna	23,31 mg
Witamina B2	1,79 mg
Witamina B1	2,27 mg
Witamina E	13,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,39 mg
Skrobia	163,68 mg
Sól	6042,00 mg
Mangan	7,46 mg
Miedź	1,62 mg
Cynk	12,42 mg
Żelazo	14,55 mg
Magnez	464,60 mg
Fosfor	1584,00 mg
Wapń	924,40 mg
Potas	4609,20 mg
Sód	2793,40 mg
Błonnik pokarmowy	37,90 g
Cukry proste	27,93 g
Węglowodany	278,93 g
Cholesterol	116,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,83 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,65 g
Tłuszcze nienasycone	30,48 g
Tłuszcze nasycone	22,33 g
Tłuszcze	60,59 g
Białka	112,62 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.10.2026, 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 03.10.2026, 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 - 500g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	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, 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	2175,71 kCal
Witamina C	196,11 mg
Witamina B12	3,27 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,29 mg
Niacyna	27,00 mg
Witamina B2	2,06 mg
Witamina B1	2,30 mg
Witamina E	11,08 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,26 mg
Skrobia	205,77 mg
Sól	5853,06 mg
Mangan	3,35 mg
Miedź	1,49 mg
Cynk	9,60 mg
Żelazo	12,73 mg
Magnez	360,55 mg
Fosfor	1479,88 mg
Wapń	966,21 mg
Potas	5463,13 mg
Sód	2717,40 mg
Błonnik pokarmowy	27,45 g
Cukry proste	18,18 g
Węglowodany	295,98 g
Cholesterol	125,27 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,57 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,14 g
Tłuszcze nienasycone	29,63 g
Tłuszcze nasycone	23,14 g
Tłuszcze	59,74 g
Białka	127,12 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.10.2026, 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 03.10.2026, 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) - 250ml, Makaron bezejajeczny *(glu) - 25g, Woda - 50ml, Marchew - 50g, Szynka bankietowa - 1g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Sałata - 10g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, 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	1759,70 kCal
Witamina C	177,30 mg
Witamina B12	3,05 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,23 mg
Niacyna	23,39 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	2,08 mg
Witamina E	8,51 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,08 mg
Skrobia	132,45 mg
Sól	3860,45 mg
Mangan	3,56 mg
Miedź	1,39 mg
Cynk	8,27 mg
Żelazo	10,97 mg
Magnez	356,05 mg
Fosfor	1263,25 mg
Wapń	798,45 mg
Potas	5147,40 mg
Sód	1542,50 mg
Błonnik pokarmowy	27,65 g
Cukry proste	38,08 g
Węglowodany	264,36 g
Cholesterol	122,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,98 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,34 g
Tłuszcze nienasycone	23,61 g
Tłuszcze nasycone	17,27 g
Tłuszcze	45,23 g
Białka	87,89 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.10.2026, 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) - 25g, 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	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 140g, Olej rzepakowy - 10g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 500g, 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 - 30g, 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) - 50g, 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	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	2410,17 kCal
Witamina C	210,96 mg
Witamina B12	3,64 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,44 mg
Niacyna	28,43 mg
Witamina B2	2,25 mg
Witamina B1	2,48 mg
Witamina E	12,75 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,31 mg
Skrobia	217,79 mg
Sól	6931,20 mg
Mangan	3,59 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	10,30 mg
Żelazo	13,70 mg
Magnez	390,48 mg
Fosfor	1606,47 mg
Wapń	1149,63 mg
Potas	5784,48 mg
Sód	3148,33 mg
Błonnik pokarmowy	28,77 g
Cukry proste	18,38 g
Węglowodany	321,52 g
Cholesterol	136,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,67 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,90 g
Tłuszcze nienasycone	36,95 g
Tłuszcze nasycone	26,22 g
Tłuszcze	70,80 g
Białka	135,70 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.10.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Kasza manna na mleku, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kabanosy, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, kotlet schabowy, Ziemniaki gotowane	kiełbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, sałatka ryżowo warzywna 140g, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Sok pomarańczowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kabanosy - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 4g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kapusta biała - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 10g, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 100g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Bułka tarta *(glu) - 10g, Ziemniaki, średnio - 300g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Ryż biały - 50g, Papryka czerwona - 40g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Ogórki, konserwowe - 20g, jogurt typ grecki *(mle) - 10ml, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Pietruszka, liście - 3g, kiełbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Sok pomarańczowy - 330g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2390,78 kCal
Witamina C	364,05 mg
Witamina B12	3,70 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,59 mg
Niacyna	29,97 mg
Witamina B2	2,23 mg
Witamina B1	2,84 mg
Witamina E	16,26 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,11 mg
Skrobia	207,81 mg
Sól	6641,51 mg
Mangan	5,02 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	14,46 mg
Żelazo	14,59 mg
Magnez	412,68 mg
Fosfor	1668,18 mg
Wapń	937,96 mg
Potas	5692,55 mg
Sód	2655,19 mg
Błonnik pokarmowy	32,21 g
Cukry proste	34,45 g
Węglowodany	334,92 g
Cholesterol	253,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,35 g
Tłuszcze jednonienasycone	27,21 g
Tłuszcze nienasycone	43,52 g
Tłuszcze nasycone	24,81 g
Tłuszcze	73,54 g
Białka	113,43 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.10.2026, 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) - 35g, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Marchew - 240g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 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	2106,53 kCal
Witamina C	100,84 mg
Witamina B12	2,02 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	2,14 mg
Niacyna	9,92 mg
Witamina B2	2,09 mg
Witamina B1	0,94 mg
Witamina E	12,28 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,61 mg
Skrobia	184,86 mg
Sól	5868,11 mg
Mangan	3,41 mg
Miedź	1,20 mg
Cynk	7,40 mg
Żelazo	10,45 mg
Magnez	278,88 mg
Fosfor	988,28 mg
Wapń	1067,31 mg
Potas	3468,80 mg
Sód	2505,33 mg
Błonnik pokarmowy	30,13 g
Cukry proste	46,08 g
Węglowodany	308,48 g
Cholesterol	187,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,47 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,24 g
Tłuszcze nienasycone	27,52 g
Tłuszcze nasycone	20,81 g
Tłuszcze	56,49 g
Białka	102,88 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.10.2026, NIEDZIELA

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

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych
Kalorie	2397,21 kCal
Witamina C	251,94 mg
Witamina B12	3,44 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,79 mg
Niacyna	17,19 mg
Witamina B2	2,72 mg
Witamina B1	1,45 mg
Witamina E	17,91 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,90 mg
Skrobia	220,42 mg
Sól	5954,37 mg
Mangan	6,68 mg
Miedź	1,96 mg
Cynk	11,69 mg
Żelazo	14,59 mg
Magnez	471,16 mg
Fosfor	1599,46 mg
Wapń	1225,02 mg
Potas	6266,65 mg
Sód	2492,92 mg
Błonnik pokarmowy	41,59 g
Cukry proste	30,54 g
Węglowodany	358,13 g
Cholesterol	190,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,73 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,20 g
Tłuszcze nienasycone	38,17 g
Tłuszcze nasycone	19,41 g
Tłuszcze	66,55 g
Białka	109,70 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.10.2026, 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)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 40g, Sałata - 5g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 30g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Ryż biały - 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 - 55g, 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	2024,48 kCal
Witamina C	96,68 mg
Witamina B12	2,02 µg
Foliany	0,33 mg
Witamina B6	2,23 mg
Niacyna	10,66 mg
Witamina B2	2,11 mg
Witamina B1	0,92 mg
Witamina E	10,72 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,35 mg
Skrobia	190,58 mg
Sól	6252,11 mg
Mangan	3,22 mg
Miedź	1,16 mg
Cynk	7,40 mg
Żelazo	10,49 mg
Magnez	287,13 mg
Fosfor	1007,73 mg
Wapń	1085,91 mg
Potas	3555,70 mg
Sód	2657,73 mg
Błonnik pokarmowy	27,45 g
Cukry proste	42,80 g
Węglowodany	310,26 g
Cholesterol	162,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,38 g
Tłuszcze jednonienasycone	9,38 g
Tłuszcze nienasycone	21,45 g
Tłuszcze nasycone	16,77 g
Tłuszcze	45,53 g
Białka	104,15 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.10.2026, 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, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 30g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D07) Dieta bogatobiałkowa(6):
Kalorie	2137,88 kCal
Witamina C	97,73 mg
Witamina B12	3,09 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,35 mg
Niacyna	10,83 mg
Witamina B2	2,61 mg
Witamina B1	1,00 mg
Witamina E	10,69 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,38 mg
Skrobia	190,58 mg
Sól	6751,86 mg
Mangan	3,21 mg
Miedź	1,21 mg
Cynk	8,44 mg
Żelazo	10,76 mg
Magnez	315,23 mg
Fosfor	1278,78 mg
Wapń	1377,26 mg
Potas	3877,40 mg
Sód	2857,33 mg
Błonnik pokarmowy	27,23 g
Cukry proste	37,65 g
Węglowodany	311,55 g
Cholesterol	181,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,52 g
Tłuszcze jednonienasycone	10,93 g
Tłuszcze nienasycone	23,27 g
Tłuszcze nasycone	19,77 g
Tłuszcze	50,61 g
Białka	119,56 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.10.2026, 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, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 280g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D11) Dieta papkowata(5):
Kalorie	2040,23 kCal
Witamina C	66,21 mg
Witamina B12	3,15 µg
Foliany	0,32 mg
Witamina B6	2,14 mg
Niacyna	9,08 mg
Witamina B2	2,55 mg
Witamina B1	0,90 mg
Witamina E	10,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,18 mg
Skrobia	166,18 mg
Sól	5110,16 mg
Mangan	3,18 mg
Miedź	1,14 mg
Cynk	7,93 mg
Żelazo	9,08 mg
Magnez	298,53 mg
Fosfor	1236,38 mg
Wapń	1357,11 mg
Potas	3444,10 mg
Sód	2201,88 mg
Błonnik pokarmowy	26,62 g
Cukry proste	33,59 g
Węglowodany	281,42 g
Cholesterol	205,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,22 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,59 g
Tłuszcze nienasycone	27,97 g
Tłuszcze nasycone	22,80 g
Tłuszcze	58,75 g
Białka	106,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.10.2026, 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 04.10.2026, 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, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, 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 - 50g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Budyń w proszku - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml	Koncentrat pomidorowy, 30% - 20g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 20g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 150g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 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	2366,83 kCal
Witamina C	109,86 mg
Witamina B12	3,89 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,69 mg
Niacyna	10,75 mg
Witamina B2	3,19 mg
Witamina B1	1,08 mg
Witamina E	11,29 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,40 mg
Skrobia	179,37 mg
Sól	6684,31 mg
Mangan	3,34 mg
Miedź	1,27 mg
Cynk	9,05 mg
Żelazo	11,37 mg
Magnez	347,88 mg
Fosfor	1440,73 mg
Wapń	1619,11 mg
Potas	4318,80 mg
Sód	2871,58 mg
Błonnik pokarmowy	29,75 g
Cukry proste	47,47 g
Węglowodany	333,66 g
Cholesterol	251,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,83 g
Tłuszcze nienasycone	25,05 g
Tłuszcze nasycone	24,43 g
Tłuszcze	59,70 g
Białka	134,58 g