

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.07.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	kiełbasa biała parzona, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser, edamski tłusty	zupz szpinakowa 400ml, pyzy z mięsem, Kompot, surówka z kapusty czerwonej	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kaszanka z cebulą, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Płatki owsiane - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, kiełbasa biała parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, edamski tłusty - 30g	Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Noga (udo) kurczaka - 40g, Wieprzowina, łopatka - 40g, Cebula - 30g, Skrobia ziemniaczana - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, ocet - 2g, Cukier - 5g, Jabłko - 20g, Kapusta czerwona - 90g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kasza gryczana - 90g, Cebula - 20g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2398,00 kCal
Witamina C	245,06 mg
Witamina B12	4,40 µg
Foliary	0,48 mg
Witamina B6	3,74 mg
Niacyna	20,60 mg
Witamina B2	2,73 mg
Witamina B1	2,20 mg
Witamina E	13,63 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,03 mg
Skrobia	238,19 mg
Sól	4830,69 mg
Mangan	7,33 mg
Miedź	1,99 mg
Cynk	16,16 mg
Żelazo	14,68 mg
Magnez	635,25 mg
Fosfor	2263,88 mg
Wapń	1505,52 mg
Potas	5890,98 mg
Sód	1930,36 mg
Błonnik pokarmowy	34,95 g
Cukry proste	16,97 g
Węglowodany	354,58 g
Cholesterol	223,68 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,18 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,00 g
Tłuszcze nienasycone	39,53 g
Tłuszcze nasycone	26,51 g
Tłuszcze	70,29 g
Białka	103,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.07.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	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 - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab biały *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Truskawki, mrożone - 200g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 40g, Marchew - 70g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Szpinak, mrożony - 35g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, kielbasa biała parzona - 90g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	skyr owocowy *(mle) - 1g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12541 z dnia 27.07.2026

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2168,93 kCal
Witamina C	241,38 mg
Witamina B12	3,01 µg
Foliary	0,49 mg
Witamina B6	2,22 mg
Niacyna	13,75 mg
Witamina B2	2,07 mg
Witamina B1	1,30 mg
Witamina E	10,02 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,03 mg
Skrobia	211,35 mg
Sól	5384,49 mg
Mangan	4,73 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	9,23 mg
Żelazo	12,37 mg
Magnez	351,20 mg
Fosfor	1408,68 mg
Wapń	1025,02 mg
Potas	4164,33 mg
Sód	2176,46 mg
Błonnik pokarmowy	28,88 g
Cukry proste	26,00 g
Węglowodany	308,04 g
Cholesterol	252,28 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,87 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,57 g
Tłuszcze nienasycone	34,87 g
Tłuszcze nasycone	24,50 g
Tłuszcze	63,42 g
Białka	106,58 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.07.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(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 - 30g, 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

	Dieta cukrzykowa (x6)(6):
Kalorie	2402,88 kCal
Witamina C	271,30 mg
Witamina B12	5,21 µg
Foliary	0,53 mg
Witamina B6	3,83 mg
Niacyna	22,44 mg
Witamina B2	2,76 mg
Witamina B1	2,06 mg
Witamina E	15,31 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,94 mg
Skrobia	231,04 mg
Sól	5305,69 mg
Mangan	8,06 mg
Miedź	2,16 mg
Cynk	15,35 mg
Żelazo	15,98 mg
Magnez	519,80 mg
Fosfor	2046,63 mg
Wapń	1231,77 mg
Potas	6565,73 mg
Sód	2159,71 mg
Błonnik pokarmowy	40,36 g
Cukry proste	25,93 g
Węglowodany	361,60 g
Cholesterol	414,83 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,56 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,58 g
Tłuszcze nienasycone	37,14 g
Tłuszcze nasycone	24,52 g
Tłuszcze	68,69 g
Białka	105,70 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.07.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	↪	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	pyzy z mięsem, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, zupa szpinakowa 400ml	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Szynka wieprzowa, gotowana	Jabłko
	↻	Pietruszka, liście - 6g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 290g, Woda - 250ml, Ryż biały - 25g, Pietruszka, korzeń - 5g, 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	Olej rzepakowy - 10g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Skrobia ziemniaczana - 20g, Ziemniaki, średnio - 500g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Noga (udo) kurczaka - 50g, Wieprzowina, łopatka - 40g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Cebula - 75g, Marchew - 45g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 50g, Musztarda - 3g, Szpinak, mrożony - 25g	Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 50g	Jabłko - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12543 z dnia 27.07.2026

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2165,89 kCal
Witamina C	263,50 mg
Witamina B12	1,49 µg
Foliary	0,52 mg
Witamina B6	3,86 mg
Niacyna	27,49 mg
Witamina B2	1,51 mg
Witamina B1	1,94 mg
Witamina E	17,07 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,45 mg
Skrobia	262,44 mg
Sól	3856,43 mg
Mangan	4,11 mg
Miedź	1,99 mg
Cynk	10,98 mg
Żelazo	14,36 mg
Magnez	407,75 mg
Fosfor	1255,49 mg
Wapń	328,93 mg
Potas	6450,35 mg
Sód	1564,29 mg
Blonnik pokarmowy	35,33 g
Cukry proste	31,66 g
Węglowodany	352,89 g
Cholesterol	306,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,78 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,31 g
Tłuszcze nienasycone	39,09 g
Tłuszcze nasycone	11,04 g
Tłuszcze	55,79 g
Białka	80,69 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.07.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	↪	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 - 30g, Woda - 50ml, Schab biały *(soj) - 50g, 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	Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 100g, Truskawki, mrożone - 200g, Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 70g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, 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

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12544 z dnia 27.07.2026

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2168,78 kCal
Witamina C	226,01 mg
Witamina B12	4,00 µg
Foliary	0,48 mg
Witamina B6	2,00 mg
Niacyna	12,30 mg
Witamina B2	2,47 mg
Witamina B1	1,26 mg
Witamina E	9,87 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,00 mg
Skrobia	209,52 mg
Sól	5504,54 mg
Mangan	4,38 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	9,75 mg
Żelazo	12,42 mg
Magnez	350,95 mg
Fosfor	1604,18 mg
Wapń	1290,92 mg
Potas	4063,48 mg
Sód	2618,16 mg
Błonnik pokarmowy	26,35 g
Cukry proste	23,67 g
Węglowodany	311,24 g
Cholesterol	269,38 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,11 g
Tłuszcze nienasycone	25,31 g
Tłuszcze nasycone	23,53 g
Tłuszcze	56,11 g
Białka	118,70 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.07.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	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 - 30g, 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) - 70g, 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) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 100g, 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

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12545 z dnia 27.07.2026

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2141,35 kCal
Witamina C	202,71 mg
Witamina B12	3,96 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	1,94 mg
Niacyna	11,99 mg
Witamina B2	2,39 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	8,74 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,86 mg
Skrobia	205,64 mg
Sól	5396,83 mg
Mangan	4,68 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	9,70 mg
Żelazo	12,12 mg
Magnez	357,05 mg
Fosfor	1581,88 mg
Wapń	1316,75 mg
Potas	3879,44 mg
Sód	2575,29 mg
Blonnik pokarmowy	27,13 g
Cukry proste	21,75 g
Węglowodany	310,84 g
Cholesterol	270,78 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,00 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,05 g
Tłuszcze nienasycone	25,06 g
Tłuszcze nasycone	23,65 g
Tłuszcze	55,95 g
Białka	112,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.07.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek kwaszony, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Kompot, sałata z sosem winegret 120g, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Krakowska parzona, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Ryż biały - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek kwaszony - 80g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Sałata - 85g, Olej rzepakowy - 20g, Koper ogrodowy - 7g, Pietruszka, liście - 7g, Rżodkiewka - 20g, Wieprzowina, karkówka - 120g, Marchew - 65g, Pietruszka, korzeń - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g	Kawa zbożowa *(glu) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Krakowska parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, 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

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2294,55 kCal
Witamina C	174,69 mg
Witamina B12	3,39 µg
Foliary	0,43 mg
Witamina B6	2,92 mg
Niacyna	20,68 mg
Witamina B2	2,13 mg
Witamina B1	1,99 mg
Witamina E	14,52 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,89 mg
Skrobia	186,95 mg
Sól	6591,77 mg
Mangan	4,75 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	13,33 mg
Żelazo	12,57 mg
Magnez	399,16 mg
Fosfor	1505,84 mg
Wapń	1137,48 mg
Potas	5285,91 mg
Sód	2680,19 mg
Błonnik pokarmowy	29,21 g
Cukry proste	32,49 g
Węglowodany	299,43 g
Cholesterol	158,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,85 g
Tłuszcze jednonienasycone	30,35 g
Tłuszcze nienasycone	51,18 g
Tłuszcze nasycone	29,25 g
Tłuszcze	85,43 g
Białka	95,28 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.07.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	→	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, twaróg z zieleniną	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Dżem morelowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Ryż biały - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Burak - 160g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, "Przyprawa ""Jarzynka""" *(sel) - 1g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, 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

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12553 z dnia 28.07.2026

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2289,18 kCal
Witamina C	186,07 mg
Witamina B12	4,52 µg
Foliary	0,55 mg
Witamina B6	3,40 mg
Niacyna	21,87 mg
Witamina B2	2,89 mg
Witamina B1	1,95 mg
Witamina E	9,40 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,13 mg
Skrobia	188,90 mg
Sól	4745,78 mg
Mangan	4,01 mg
Miedź	1,73 mg
Cynk	12,85 mg
Żelazo	13,40 mg
Magnez	380,66 mg
Fosfor	1793,28 mg
Wapń	1109,72 mg
Potas	6031,17 mg
Sód	1848,47 mg
Błonnik pokarmowy	29,21 g
Cukry proste	28,20 g
Węglowodany	338,65 g
Cholesterol	184,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,37 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,87 g
Tłuszcze nienasycone	30,19 g
Tłuszcze nasycone	26,05 g
Tłuszcze	59,75 g
Białka	113,80 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.07.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Szczypiorek, twaróg z zieleniną	Jabłko	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)
	↺	Ryż biały - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, 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 - 85g, Olej rzepakowy - 20g, 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) - 10g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g	Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ogórek - 25g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2379,78 kCal
Witamina C	189,71 mg
Witamina B12	4,38 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,19 mg
Niacyna	21,09 mg
Witamina B2	2,67 mg
Witamina B1	2,17 mg
Witamina E	17,26 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,01 mg
Skrobia	196,68 mg
Sól	5437,28 mg
Mangan	6,95 mg
Miedź	1,81 mg
Cynk	15,70 mg
Żelazo	14,09 mg
Magnez	443,87 mg
Fosfor	1890,78 mg
Wapń	1229,94 mg
Potas	5924,11 mg
Sód	2173,01 mg
Blonnik pokarmowy	36,44 g
Cukry proste	21,57 g
Węglowodany	317,00 g
Cholesterol	175,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	33,33 g
Tłuszcze nienasycone	52,67 g
Tłuszcze nasycone	29,47 g
Tłuszcze	87,91 g
Białka	98,26 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.07.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	↪	polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	szynka biała *(gor, glu), Chleb wiejski *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Herbata czarna, napar bez cukru, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)
	↻	Ziemniaki, średnio - 200g, Olej rzepakowy - 5g, Pietruszka, liście - 6g, Woda - 250ml, Ryż biały - 25g, Marchew - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Ziemniaki, średnio - 470g, Woda - 550ml, Wieprzowina, łopatka - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, ocet - 1g, Cukier - 2g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Herbata czarna, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Chleb wiejski *(glu) - 50g, kielbasa szynkowa - 40g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12555 z dnia 28.07.2026

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2088,55 kCal
Witamina C	205,01 mg
Witamina B12	0,92 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,34 mg
Niacyna	25,98 mg
Witamina B2	1,24 mg
Witamina B1	1,94 mg
Witamina E	15,09 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,39 mg
Skrobia	235,84 mg
Sól	5617,59 mg
Mangan	5,07 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	10,94 mg
Żelazo	15,30 mg
Magnez	363,77 mg
Fosfor	1040,71 mg
Wapń	303,73 mg
Potas	5770,22 mg
Sód	1836,74 mg
Blonnik pokarmowy	33,41 g
Cukry proste	19,01 g
Węglowodany	327,95 g
Cholesterol	91,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,52 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,85 g
Tłuszcze nienasycone	40,54 g
Tłuszcze nasycone	14,93 g
Tłuszcze	58,29 g
Białka	78,93 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.07.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem morelowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Sałata, twaróg z zieleniną	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 10g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Dżem morelowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Sałata - 10g	Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Burak - 120g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2324,24 kCal
Witamina C	166,63 mg
Witamina B12	5,06 µg
Foliary	0,54 mg
Witamina B6	3,15 mg
Niacyna	21,31 mg
Witamina B2	3,09 mg
Witamina B1	1,84 mg
Witamina E	7,52 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,34 mg
Skrobia	204,41 mg
Sól	4977,27 mg
Mangan	3,61 mg
Miedź	1,62 mg
Cynk	13,12 mg
Żelazo	12,97 mg
Magnez	388,98 mg
Fosfor	1912,67 mg
Wapń	1289,05 mg
Potas	5945,06 mg
Sód	1892,96 mg
Błonnik pokarmowy	28,03 g
Cukry proste	18,35 g
Węglowodany	348,06 g
Cholesterol	187,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,43 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,16 g
Tłuszcze nienasycone	27,18 g
Tłuszcze nasycone	25,32 g
Tłuszcze	55,60 g
Białka	121,83 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.07.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	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)	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	szynka biała *(glu, gor), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 15g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g	Wieprzowina, łopatka - 90g, 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, 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, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	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

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12557 z dnia 28.07.2026

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2205,81 kCal
Witamina C	147,91 mg
Witamina B12	5,06 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,02 mg
Niacyna	20,82 mg
Witamina B2	3,05 mg
Witamina B1	1,83 mg
Witamina E	6,09 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,85 mg
Skrobia	193,40 mg
Sól	4742,62 mg
Mangan	4,11 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	13,44 mg
Żelazo	13,64 mg
Magnez	394,93 mg
Fosfor	1896,57 mg
Wapń	1293,05 mg
Potas	5825,61 mg
Sód	1847,36 mg
Blonnik pokarmowy	28,12 g
Cukry proste	9,71 g
Węglowodany	323,23 g
Cholesterol	187,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	7,12 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,02 g
Tłuszcze nienasycone	26,52 g
Tłuszcze nasycone	25,22 g
Tłuszcze	54,72 g
Białka	118,80 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.07.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Pasztet z kurczaka, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Papryka czerwona, Sałata	zupa grochowa 400ml, kurczak pieczony, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta z łososia wędzonego, Sałata	Banan
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pasztet z kurczaka - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Groch, nasiona suche - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Marchew - 170g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Cebula - 20g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, Kielbasa śląska - 20g, 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) - 30g, łosoś brzuszek - 40g, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Banan - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2414,01 kCal
Witamina C	185,33 mg
Witamina B12	3,42 µg
Foliary	0,43 mg
Witamina B6	4,21 mg
Niacyna	23,89 mg
Witamina B2	2,56 mg
Witamina B1	1,68 mg
Witamina E	10,12 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,60 mg
Skrobia	183,27 mg
Sól	7045,30 mg
Mangan	5,75 mg
Miedź	1,97 mg
Cynk	13,64 mg
Żelazo	13,97 mg
Magnez	513,60 mg
Fosfor	1926,29 mg
Wapń	920,89 mg
Potas	6467,69 mg
Sód	2895,87 mg
Błonnik pokarmowy	37,60 g
Cukry proste	28,54 g
Węglowodany	339,51 g
Cholesterol	273,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,39 g
Tłuszcze nienasycone	36,97 g
Tłuszcze nasycone	21,87 g
Tłuszcze	76,98 g
Białka	119,39 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.07.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	→	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	Brzoskwinia
	↺	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, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, 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	Brzoskwinia - 100g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12566 z dnia 29.07.2026

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2016,53 kCal
Witamina C	135,25 mg
Witamina B12	3,49 µg
Foliary	0,34 mg
Witamina B6	2,07 mg
Niacyna	16,16 mg
Witamina B2	2,19 mg
Witamina B1	1,06 mg
Witamina E	12,74 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,14 mg
Skrobia	163,33 mg
Sól	5921,34 mg
Mangan	3,36 mg
Miedź	1,23 mg
Cynk	9,16 mg
Żelazo	10,61 mg
Magnez	343,82 mg
Fosfor	1571,11 mg
Wapń	1056,93 mg
Potas	4058,14 mg
Sód	2222,94 mg
Blonnik pokarmowy	24,78 g
Cukry proste	11,65 g
Węglowodany	276,14 g
Cholesterol	242,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,55 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,44 g
Tłuszcze nienasycone	39,61 g
Tłuszcze nasycone	21,02 g
Tłuszcze	65,51 g
Białka	92,18 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.07.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	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, "Przyprawa ""Jarzynka"""" *(sel) - 1g, 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) - 30g, łosoś brzuski - 40g, 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

	Dieta cukrzykowa (x5)(5):
Kalorie	2381,85 kCal
Witamina C	198,71 mg
Witamina B12	3,25 µg
Foliary	0,38 mg
Witamina B6	2,35 mg
Niacyna	16,20 mg
Witamina B2	2,19 mg
Witamina B1	1,18 mg
Witamina E	15,19 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,53 mg
Skrobia	169,61 mg
Sól	7669,59 mg
Mangan	6,65 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	12,26 mg
Żelazo	12,95 mg
Magnez	391,40 mg
Fosfor	1722,98 mg
Wapń	1035,26 mg
Potas	4220,12 mg
Sód	3354,97 mg
Błonnik pokarmowy	34,03 g
Cukry proste	25,12 g
Węglowodany	296,81 g
Cholesterol	244,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,47 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,69 g
Tłuszcze nienasycone	42,79 g
Tłuszcze nasycone	24,45 g
Tłuszcze	87,36 g
Białka	120,00 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.07.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	↪	kielbasa szynkowa, zupa warzywna, 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	południca miodowa Ł *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Banan
	↻	Marchew - 100g, Woda - 250ml, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, Ryż biały - 15g, Olej rzepakowy - 10g, kielbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 150g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, Olej rzepakowy - 10g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	południca miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Banan - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2019,41 kCal
Witamina C	190,95 mg
Witamina B12	0,64 µg
Foliary	0,45 mg
Witamina B6	3,10 mg
Niacyna	20,12 mg
Witamina B2	1,23 mg
Witamina B1	1,10 mg
Witamina E	16,98 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,82 mg
Skrobia	196,02 mg
Sól	5172,10 mg
Mangan	4,44 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	7,75 mg
Żelazo	11,67 mg
Magnez	381,10 mg
Fosfor	1032,89 mg
Wapń	267,14 mg
Potas	5112,64 mg
Sód	1563,02 mg
Błonnik pokarmowy	30,29 g
Cukry proste	30,47 g
Węglowodany	311,69 g
Cholesterol	137,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,12 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,87 g
Tłuszcze nienasycone	45,36 g
Tłuszcze nasycone	11,53 g
Tłuszcze	61,11 g
Białka	70,14 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.07.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	↪	kielbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa grysikowa 400ml, Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	południca miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kajzerki, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	↻	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, 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, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 240g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Brokuły, mrożone - 120g, Woda - 250ml, Mieszanka 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, połędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Kajzerki - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2309,13 kCal
Witamina C	120,65 mg
Witamina B12	5,87 µg
Foliary	0,38 mg
Witamina B6	2,52 mg
Niacyna	18,12 mg
Witamina B2	3,33 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	8,94 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,09 mg
Skrobia	193,46 mg
Sól	7366,69 mg
Mangan	2,99 mg
Miedź	1,30 mg
Cynk	12,84 mg
Żelazo	11,39 mg
Magnez	429,02 mg
Fosfor	2235,46 mg
Wapń	1734,18 mg
Potas	4994,29 mg
Sód	2944,54 mg
Błonnik pokarmowy	21,62 g
Cukry proste	9,24 g
Węglowodany	307,20 g
Cholesterol	345,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,03 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,76 g
Tłuszcze nienasycone	35,19 g
Tłuszcze nasycone	25,33 g
Tłuszcze	66,26 g
Białka	131,25 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.07.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	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, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, 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

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2123,13 kCal
Witamina C	148,08 mg
Witamina B12	4,76 µg
Foliary	0,38 mg
Witamina B6	2,21 mg
Niacyna	15,76 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	6495,74 mg
Mangan	3,55 mg
Miedź	1,17 mg
Cynk	11,16 mg
Żelazo	10,87 mg
Magnez	393,02 mg
Fosfor	1891,91 mg
Wapń	1474,43 mg
Potas	4479,04 mg
Sód	2596,84 mg
Błonnik pokarmowy	22,60 g
Cukry proste	8,63 g
Węglowodany	302,33 g
Cholesterol	257,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,87 g
Tłuszcze nienasycone	31,33 g
Tłuszcze nasycone	22,25 g
Tłuszcze	58,40 g
Białka	107,84 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.07.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	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

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2269,03 kCal
Witamina C	108,29 mg
Witamina B12	3,94 µg
Foliary	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 30.07.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 25g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 70g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, szynka surowa - 140g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2017,98 kCal
Witamina C	197,68 mg
Witamina B12	3,67 µg
Foliary	0,47 mg
Witamina B6	3,57 mg
Niacyna	26,55 mg
Witamina B2	2,31 mg
Witamina B1	2,73 mg
Witamina E	11,18 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,88 mg
Skrobia	197,83 mg
Sól	4959,89 mg
Mangan	3,45 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	11,45 mg
Żelazo	13,10 mg
Magnez	403,95 mg
Fosfor	1561,93 mg
Wapń	1072,37 mg
Potas	6050,73 mg
Sód	1981,96 mg
Błonnik pokarmowy	29,99 g
Cukry proste	14,95 g
Węglowodany	297,67 g
Cholesterol	190,33 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,76 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,76 g
Tłuszcze nienasycone	36,97 g
Tłuszcze nasycone	20,04 g
Tłuszcze	60,06 g
Białka	100,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.07.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(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)
	↺	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Papryka czerwona - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, mieszanka warzywna - 20g, Marchew - 35g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 8g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 140g	Koper ogrodowy - 2g, Kapusta biała - 80g, Olej rzepakowy - 2g, Marchew - 30g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Chleb chrupki - 30g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12580 z dnia 30.07.2026

	Dieta cukrzykowa (x6)(6):
Kalorie	2122,62 kCal
Witamina C	246,18 mg
Witamina B12	2,76 µg
Foliary	0,51 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	21,49 mg
Witamina B2	2,05 mg
Witamina B1	2,09 mg
Witamina E	15,84 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	214,16 mg
Sól	7825,09 mg
Mangan	7,85 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	13,78 mg
Żelazo	15,54 mg
Magnez	447,44 mg
Fosfor	1607,41 mg
Wapń	932,55 mg
Potas	5665,83 mg
Sód	3128,31 mg
Blonnik pokarmowy	38,83 g
Cukry proste	18,91 g
Węglowodany	320,36 g
Cholesterol	170,21 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,96 g
Tłuszcze nienasycone	42,42 g
Tłuszcze nasycone	19,83 g
Tłuszcze	65,87 g
Białka	95,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.07.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	marmolada wieloowocowa, zupa warzywna, 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 warzywna, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Mus owocowy Marakuja Cytryna Tymbark
	G	Woda - 250ml, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 6g, Ziemniaki, średnio - 200g, Olej rzepakowy - 10g, Ryż biały - 25g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Ziemniaki, średnio - 500g, Ryż biały - 25g, Woda - 500ml, Marchew - 35g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 8g, Olej rzepakowy - 15g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 140g	polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Banan - 30g, Jabłko - 164g, Cytryna - 6g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2087,56 kCal
Witamina C	234,65 mg
Witamina B12	0,59 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,45 mg
Niacyna	25,83 mg
Witamina B2	1,14 mg
Witamina B1	1,95 mg
Witamina E	17,21 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,48 mg
Skrobia	229,30 mg
Sól	6369,35 mg
Mangan	4,11 mg
Miedź	1,93 mg
Cynk	9,66 mg
Żelazo	13,57 mg
Magnez	379,87 mg
Fosfor	1044,04 mg
Wapń	293,28 mg
Potas	5911,71 mg
Sód	2546,09 mg
Blonnik pokarmowy	32,78 g
Cukry proste	51,25 g
Węglowodany	343,59 g
Cholesterol	67,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,34 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,64 g
Tłuszcze nienasycone	47,38 g
Tłuszcze nasycone	9,46 g
Tłuszcze	60,11 g
Białka	76,56 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.07.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	marmolada wieloowocowa, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, marmolada wieloowocowa - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Pietruszka, korzeń - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Pietruszka, liście - 5g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 120g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 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

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2363,43 kCal
Witamina C	172,48 mg
Witamina B12	4,44 µg
Foliary	0,49 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	21,79 mg
Witamina B2	2,79 mg
Witamina B1	2,05 mg
Witamina E	11,38 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,74 mg
Skrobia	201,25 mg
Sól	7680,39 mg
Mangan	3,19 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	11,91 mg
Żelazo	12,68 mg
Magnez	394,10 mg
Fosfor	1797,88 mg
Wapń	1244,02 mg
Potas	5709,58 mg
Sód	3070,61 mg
Błonnik pokarmowy	30,05 g
Cukry proste	38,72 g
Węglowodany	351,08 g
Cholesterol	203,13 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,13 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,57 g
Tłuszcze nienasycone	39,16 g
Tłuszcze nasycone	23,60 g
Tłuszcze	66,29 g
Białka	122,47 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.07.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, 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 - 5g, 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	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2174,93 kCal
Witamina C	156,67 mg
Witamina B12	4,53 µg
Foliary	0,46 mg
Witamina B6	3,12 mg
Niacyna	20,76 mg
Witamina B2	2,82 mg
Witamina B1	1,99 mg
Witamina E	9,90 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,06 mg
Skrobia	188,77 mg
Sól	7315,84 mg
Mangan	3,11 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	11,72 mg
Żelazo	12,24 mg
Magnez	388,40 mg
Fosfor	1798,43 mg
Wapń	1260,12 mg
Potas	5430,18 mg
Sód	2924,91 mg
Blonnik pokarmowy	28,18 g
Cukry proste	13,40 g
Węglowodany	300,36 g
Cholesterol	204,63 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,73 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,65 g
Tłuszcze nienasycone	38,86 g
Tłuszcze nasycone	23,87 g
Tłuszcze	66,12 g
Białka	122,49 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.07.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	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 młodej 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 biała - 90g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Pietruszka, liście - 15g, Pietruszka, korzeń - 20g, Ziemniaki, średnio - 500g, Koper ogrodowy - 20g, 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

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2245,44 kCal
Witamina C	305,73 mg
Witamina B12	4,63 µg
Foliary	0,46 mg
Witamina B6	2,93 mg
Niacyna	16,07 mg
Witamina B2	2,29 mg
Witamina B1	1,38 mg
Witamina E	12,05 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,07 mg
Skrobia	179,79 mg
Sól	5932,74 mg
Mangan	4,60 mg
Miedź	1,73 mg
Cynk	11,70 mg
Żelazo	11,66 mg
Magnez	405,47 mg
Fosfor	1696,93 mg
Wapń	1629,22 mg
Potas	5524,63 mg
Sód	1871,06 mg
Błonnik pokarmowy	35,37 g
Cukry proste	26,91 g
Węglowodany	335,60 g
Cholesterol	125,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,45 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,39 g
Tłuszcze nienasycone	34,25 g
Tłuszcze nasycone	26,36 g
Tłuszcze	63,92 g
Białka	95,29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.07.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kasza kukurydziana - 25g, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 75g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, miruna ryba - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, mieszanka warzywna - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2278,10 kCal
Witamina C	162,61 mg
Witamina B12	4,12 µg
Foliiany	0,45 mg
Witamina B6	2,72 mg
Niacyna	15,37 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	13,85 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,08 mg
Skrobia	173,51 mg
Sól	3897,80 mg
Mangan	2,96 mg
Miedź	1,46 mg
Cynk	9,19 mg
Żelazo	11,49 mg
Magnez	330,05 mg
Fosfor	1566,30 mg
Wapń	1036,00 mg
Potas	5153,45 mg
Sód	1579,00 mg
Błonnik pokarmowy	30,32 g
Cukry proste	33,42 g
Węglowodany	317,03 g
Cholesterol	466,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,30 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,03 g
Tłuszcze nienasycone	39,79 g
Tłuszcze nasycone	23,88 g
Tłuszcze	68,66 g
Białka	107,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.07.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle), Szczypiorek	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Ryba gotowana, Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kanapka z ogórkiem	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, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	↺	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, 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, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g, Szczypiorek - 15g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, miruna ryba - 120g, Olej rzepakowy - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta pekińska - 90g, Papryka czerwona - 25g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g	Ogórek - 30g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g, 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 kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzykowa (x6)(6):
Kalorie	2329,44 kCal
Witamina C	258,40 mg
Witamina B12	4,16 µg
Foliary	0,60 mg
Witamina B6	3,69 mg
Niacyna	18,65 mg
Witamina B2	2,75 mg
Witamina B1	1,53 mg
Witamina E	18,61 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,35 mg
Skrobia	217,10 mg
Sól	4042,30 mg
Mangan	6,94 mg
Miedź	1,97 mg
Cynk	14,01 mg
Żelazo	15,00 mg
Magnez	477,48 mg
Fosfor	1991,08 mg
Wapń	1969,21 mg
Potas	6637,66 mg
Sód	1768,17 mg
Blonnik pokarmowy	38,16 g
Cukry proste	20,61 g
Węglowodany	329,09 g
Cholesterol	410,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	29,93 g
Tłuszcze nienasycone	47,13 g
Tłuszcze nasycone	16,53 g
Tłuszcze	68,50 g
Białka	116,76 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.07.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	polędwica z majerankiem, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Chrupki kukurydżiane
	G	Woda - 250ml, Marchew - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 6g, Olej rzepakowy - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Płatki owsiane - 10g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	Olej rzepakowy - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 520g, Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, miruna ryba - 130g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 110g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Chrupki kukurydżiane - 30g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12593 z dnia 31.07.2026

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2160,24 kCal
Witamina C	197,58 mg
Witamina B12	1,73 µg
Foliary	0,47 mg
Witamina B6	2,93 mg
Niacyna	19,47 mg
Witamina B2	1,35 mg
Witamina B1	1,26 mg
Witamina E	18,26 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,92 mg
Skrobia	228,86 mg
Sól	3734,23 mg
Mangan	3,70 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	8,56 mg
Żelazo	14,21 mg
Magnez	375,14 mg
Fosfor	1282,39 mg
Wapń	286,93 mg
Potas	5694,05 mg
Sód	1519,14 mg
Błonnik pokarmowy	32,38 g
Cukry proste	16,26 g
Węglowodany	318,77 g
Cholesterol	468,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	19,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	29,91 g
Tłuszcze nienasycone	56,57 g
Tłuszcze nasycone	12,59 g
Tłuszcze	74,17 g
Białka	80,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.07.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	↪	Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy chudy	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	↻	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kasza kukurydziana - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g, Ser twarogowy chudy - 100g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, 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 - 130g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, mieszanka warzywna - 120g	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kielbasa szynkowa - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 110g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12594 z dnia 31.07.2026

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2224,69 kCal
Witamina C	162,93 mg
Witamina B12	4,30 µg
Foliary	0,45 mg
Witamina B6	2,73 mg
Niacyna	13,55 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	16,62 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,26 mg
Skrobia	172,61 mg
Sól	3613,30 mg
Mangan	2,79 mg
Miedź	1,33 mg
Cynk	9,70 mg
Żelazo	11,25 mg
Magnez	305,25 mg
Fosfor	1660,38 mg
Wapń	1019,97 mg
Potas	4908,69 mg
Sód	1602,67 mg
Błonnik pokarmowy	30,13 g
Cukry proste	21,09 g
Węglowodany	280,38 g
Cholesterol	498,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,38 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,74 g
Tłuszcze nienasycone	45,06 g
Tłuszcze nasycone	21,90 g
Tłuszcze	72,62 g
Białka	122,06 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.07.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	ry	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	SKYR naturalny *(mle)
	G	Woda - 50ml, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 20g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 60g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 550ml, Marchew - 80g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, miruna ryba - 120g, mieszanka warzywna - 180g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja kurze całe - 110g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g	SKYR naturalny *(mle) - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2235,42 kCal
Witamina C	147,35 mg
Witamina B12	4,34 µg
Foliary	0,40 mg
Witamina B6	2,76 mg
Niacyna	13,51 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,18 mg
Witamina E	9,83 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,67 mg
Skrobia	176,09 mg
Sól	3030,25 mg
Mangan	2,74 mg
Miedź	1,30 mg
Cynk	8,93 mg
Żelazo	10,47 mg
Magnez	305,47 mg
Fosfor	1566,26 mg
Wapń	1189,54 mg
Potas	4833,71 mg
Sód	1366,79 mg
Błonnik pokarmowy	31,15 g
Cukry proste	39,69 g
Węglowodany	310,85 g
Cholesterol	513,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,77 g
Tłuszcze nienasycone	31,66 g
Tłuszcze nasycone	23,91 g
Tłuszcze	60,45 g
Białka	119,46 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, Ser topiony, edamski	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), gulasz z żołądków drobiowych, 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)	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu
	G	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Kielbasa zwyczajna - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 5g, Ser topiony, edamski - 17,50g	botwinka - 50g, Burak - 40g, Marchew - 110g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, Żołądek kurczaka - 120g, Olej rzepakowy - 10g, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy - 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 - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 30g	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2120,38 kCal
Witamina C	189,40 mg
Witamina B12	4,30 µg
Foliary	0,46 mg
Witamina B6	2,39 mg
Niacyna	18,94 mg
Witamina B2	2,15 mg
Witamina B1	1,48 mg
Witamina E	12,73 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,81 mg
Skrobia	182,20 mg
Sól	5490,99 mg
Mangan	5,33 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	15,68 mg
Żelazo	18,36 mg
Magnez	468,83 mg
Fosfor	1769,00 mg
Wapń	1113,90 mg
Potas	4679,49 mg
Sód	2194,69 mg
Błonnik pokarmowy	31,64 g
Cukry proste	12,55 g
Węglowodany	279,73 g
Cholesterol	474,98 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,70 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,37 g
Tłuszcze nienasycone	41,44 g
Tłuszcze nasycone	24,97 g
Tłuszcze	72,25 g
Białka	103,36 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szyńka bankietowa *(soj)	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), schab duszony w sosie własnym, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Banan
	G	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Makaron bezglutenowy *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Szyńka bankietowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, Burak - 40g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, botwinka - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Banan - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2199,38 kCal
Witamina C	197,22 mg
Witamina B12	3,14 µg
Foliary	0,42 mg
Witamina B6	4,07 mg
Niacyna	26,87 mg
Witamina B2	2,11 mg
Witamina B1	2,43 mg
Witamina E	12,98 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,28 mg
Skrobia	182,26 mg
Sól	4688,46 mg
Mangan	3,94 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	9,13 mg
Żelazo	13,10 mg
Magnez	439,18 mg
Fosfor	1428,75 mg
Wapń	861,52 mg
Potas	6343,86 mg
Sód	1872,96 mg
Blonnik pokarmowy	30,18 g
Cukry proste	37,99 g
Węglowodany	318,42 g
Cholesterol	127,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,20 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,00 g
Tłuszcze nienasycone	36,20 g
Tłuszcze nasycone	21,63 g
Tłuszcze	64,15 g
Białka	102,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	zupa mleczna z makaronem 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, Szyńka bankietowa *(soj)	kanapka z pomidorem	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), schab duszony w sosie własnym, 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)
	G	Woda - 50ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Marchew - 50g, Szyńka 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	botwinka - 50g, Burak - 40g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 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 - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2142,58 kCal
Witamina C	194,87 mg
Witamina B12	2,74 µg
Foliary	0,37 mg
Witamina B6	2,82 mg
Niacyna	23,05 mg
Witamina B2	1,76 mg
Witamina B1	2,27 mg
Witamina E	13,04 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,37 mg
Skrobia	177,92 mg
Sól	5988,51 mg
Mangan	7,28 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	12,22 mg
Żelazo	15,10 mg
Magnez	489,68 mg
Fosfor	1578,75 mg
Wapń	1004,02 mg
Potas	4789,91 mg
Sód	2898,01 mg
Błonnik pokarmowy	38,26 g
Cukry proste	28,78 g
Węglowodany	291,83 g
Cholesterol	119,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,98 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,97 g
Tłuszcze nienasycone	30,95 g
Tłuszcze nasycone	23,91 g
Tłuszcze	63,19 g
Białka	120,21 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	↪	zupa warzywna, 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)	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), schab duszony w sosie własnym, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj)	Banan
	↻	Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, Ryż biały - 30g, Woda - 250ml, Marchew - 90g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 10g, Szynka bankietowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g	botwinka - 50g, Burak - 40g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, Olej rzepakowy - 20g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 140g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 200g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Banan - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12605 z dnia 01.08.2026

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2249,48 kCal
Witamina C	246,70 mg
Witamina B12	0,98 µg
Foliiany	0,50 mg
Witamina B6	4,45 mg
Niacyna	32,63 mg
Witamina B2	1,29 mg
Witamina B1	2,43 mg
Witamina E	21,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,93 mg
Skrobia	218,47 mg
Sól	4866,11 mg
Mangan	4,61 mg
Miedź	1,92 mg
Cynk	8,82 mg
Żelazo	15,09 mg
Magnez	470,13 mg
Fosfor	1127,10 mg
Wapń	333,32 mg
Potas	7061,61 mg
Sód	1943,96 mg
Błonnik pokarmowy	36,10 g
Cukry proste	32,51 g
Węglowodany	328,90 g
Cholesterol	59,25 mg
Tłuszcze wielonienasycone	21,40 g
Tłuszcze jednonienasycone	30,92 g
Tłuszcze nienasycone	52,32 g
Tłuszcze nasycone	13,77 g
Tłuszcze	72,77 g
Białka	87,54 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szyńka bankietowa *(soj)	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), schab duszony w sosie własnym, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Woda - 50ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Marchew - 50g, Szyńka bankietowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Burak - 40g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, botwinka - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 150g, Olej rzepakowy - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	serek wiejski lekki - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2285,08 kCal
Witamina C	199,29 mg
Witamina B12	3,97 µg
Foliary	0,43 mg
Witamina B6	3,45 mg
Niacyna	28,21 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	2,45 mg
Witamina E	11,86 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,25 mg
Skrobia	188,76 mg
Sól	5717,31 mg
Mangan	2,92 mg
Miedź	1,44 mg
Cynk	9,79 mg
Żelazo	13,20 mg
Magnez	403,18 mg
Fosfor	1633,30 mg
Wapń	1258,22 mg
Potas	6008,56 mg
Sód	2788,76 mg
Błonnik pokarmowy	27,96 g
Cukry proste	19,25 g
Węglowodany	288,85 g
Cholesterol	148,25 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,29 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,42 g
Tłuszcze nienasycone	33,71 g
Tłuszcze nasycone	26,68 g
Tłuszcze	68,61 g
Białka	141,55 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	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)	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), schab duszony w sosie własnym, 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, Sałata, 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	Burak - 40g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, botwinka - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 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, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Olej rzepakowy - 10g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12607 z dnia 01.08.2026

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2156,14 kCal
Witamina C	215,82 mg
Witamina B12	3,80 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	3,61 mg
Niacyna	27,93 mg
Witamina B2	2,33 mg
Witamina B1	2,38 mg
Witamina E	11,61 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,10 mg
Skrobia	204,72 mg
Sól	4964,71 mg
Mangan	3,67 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	10,22 mg
Żelazo	13,36 mg
Magnez	427,36 mg
Fosfor	1681,66 mg
Wapń	1082,15 mg
Potas	6162,84 mg
Sód	1984,00 mg
Blonnik pokarmowy	31,34 g
Cukry proste	12,56 g
Węglowodany	303,05 g
Cholesterol	135,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,72 g
Tłuszcze nienasycone	34,92 g
Tłuszcze nasycone	20,89 g
Tłuszcze	61,61 g
Białka	112,64 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	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	Nektarynka
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kabanosy - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 4g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kapusta biała - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 100g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Bułka tarta *(glu) - 10g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 300g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Ryż biały - 50g, Papryka czerwona - 40g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Ogórki, konserwowe - 20g, jogurt typ grecki *(mle) - 10ml, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Pietruszka, liście - 3g, kiełbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Nektarynka - 90g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2313,68 kCal
Witamina C	234,65 mg
Witamina B12	3,90 µg
Foliary	0,42 mg
Witamina B6	3,34 mg
Niacyna	29,21 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	2,69 mg
Witamina E	16,30 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,10 mg
Skrobia	214,86 mg
Sól	6683,21 mg
Mangan	5,07 mg
Miedź	1,66 mg
Cynk	14,66 mg
Żelazo	13,88 mg
Magnez	395,08 mg
Fosfor	1696,38 mg
Wapń	980,46 mg
Potas	5388,15 mg
Sód	2671,69 mg
Blonnik pokarmowy	33,19 g
Cukry proste	21,70 g
Węglowodany	322,67 g
Cholesterol	259,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,11 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,52 g
Tłuszcze nienasycone	39,59 g
Tłuszcze nasycone	25,40 g
Tłuszcze	70,11 g
Białka	114,92 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(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, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 35g, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Marchew - 240g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 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

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2137,03 kCal
Witamina C	101,34 mg
Witamina B12	2,22 µg
Foliary	0,35 mg
Witamina B6	2,17 mg
Niacyna	9,97 mg
Witamina B2	2,17 mg
Witamina B1	0,96 mg
Witamina E	12,33 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,63 mg
Skrobia	184,86 mg
Sól	5923,11 mg
Mangan	3,42 mg
Miedź	1,21 mg
Cynk	7,56 mg
Żelazo	10,50 mg
Magnez	284,88 mg
Fosfor	1030,78 mg
Wapń	1126,31 mg
Potas	3538,30 mg
Sód	2527,33 mg
Blonnik pokarmowy	30,13 g
Cukry proste	46,08 g
Węglowodany	310,88 g
Cholesterol	194,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,51 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,74 g
Tłuszcze nienasycone	28,07 g
Tłuszcze nasycone	21,77 g
Tłuszcze	58,09 g
Białka	104,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Jabłko	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, sałatka ryżowo warzywna 140g, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 150g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Kapusta biała - 60g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Papryka czerwona - 10g, Kukurydza, konserwowa - 10g, Ogórki, konserwowe - 20g, jogurt typ grecki *(mle) - 5ml, Pietruszka, liście - 5g, Ryż biały - 40g, szynka z kotła - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzykowa (x5)(5):
Kalorie	2395,46 kCal
Witamina C	231,04 mg
Witamina B12	3,64 µg
Foliary	0,52 mg
Witamina B6	3,64 mg
Niacyna	16,45 mg
Witamina B2	2,76 mg
Witamina B1	1,41 mg
Witamina E	17,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,91 mg
Skrobia	216,06 mg
Sól	5986,22 mg
Mangan	6,56 mg
Miedź	1,92 mg
Cynk	11,62 mg
Żelazo	14,36 mg
Magnez	462,26 mg
Fosfor	1607,41 mg
Wapń	1262,82 mg
Potas	6051,75 mg
Sód	2505,82 mg
Błonnik pokarmowy	40,20 g
Cukry proste	29,23 g
Węglowodany	352,86 g
Cholesterol	197,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,72 g
Tłuszcze nienasycone	38,70 g
Tłuszcze nasycone	20,37 g
Tłuszcze	68,10 g
Białka	110,40 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	zupa warzywna, 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 ziemniaczana *(glu, sel, mle), gulasz z indyka, marchewka gotowana, Kompot, Ryż biały, gotowany	szynka z kotła, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kiwi
	G	Woda - 250ml, Ryż biały - 25g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 10g, Ziemniaki, średnio - 250g, Olej rzepakowy - 10g, Chleb wiejski - 75g, 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	Olej rzepakowy - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Marchew - 200g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 20g, Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 550ml, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ryż biały, gotowany - 150g	szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Kiwi - 80g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2000,70 kCal
Witamina C	233,96 mg
Witamina B12	0,00 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	17,46 mg
Witamina B2	1,45 mg
Witamina B1	1,03 mg
Witamina E	17,55 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,76 mg
Skrobia	220,87 mg
Sól	5174,05 mg
Mangan	4,04 mg
Miedź	1,82 mg
Cynk	6,92 mg
Żelazo	12,96 mg
Magnez	355,95 mg
Fosfor	789,25 mg
Wapń	333,20 mg
Potas	5040,25 mg
Sód	2181,80 mg
Błonnik pokarmowy	32,09 g
Cukry proste	28,20 g
Węglowodany	306,59 g
Cholesterol	120,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,08 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,47 g
Tłuszcze nienasycone	37,97 g
Tłuszcze nasycone	9,49 g
Tłuszcze	55,04 g
Białka	82,99 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	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	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 5g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 30g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 250ml, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2404,08 kCal
Witamina C	98,68 mg
Witamina B12	2,97 µg
Foliary	0,37 mg
Witamina B6	2,49 mg
Niacyna	11,49 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,03 mg
Witamina E	11,02 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,39 mg
Skrobia	246,55 mg
Sól	6589,51 mg
Mangan	4,07 mg
Miedź	1,35 mg
Cynk	9,66 mg
Żelazo	11,30 mg
Magnez	326,73 mg
Fosfor	1340,43 mg
Wapń	1406,91 mg
Potas	4003,70 mg
Sód	2792,33 mg
Błonnik pokarmowy	29,25 g
Cukry proste	42,87 g
Węglowodany	381,56 g
Cholesterol	178,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,55 g
Tłuszcze jednonienasycone	10,74 g
Tłuszcze nienasycone	23,11 g
Tłuszcze nasycone	19,33 g
Tłuszcze	50,09 g
Białka	118,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta miksowana (x4)(4):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa warzywna
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml
Dieta papkowata (x4)(4):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa warzywna
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):		Dieta miksowana (x4)(4):
Kalorie	2398,31 kCal		2398,31 kCal
Witamina C	94,15 mg		94,15 mg
Witamina B12	2,97 µg		2,97 µg
Foliary	0,40 mg		0,40 mg
Witamina B6	2,68 mg		2,68 mg
Niacyna	11,88 mg		11,88 mg
Witamina B2	2,52 mg		2,52 mg
Witamina B1	1,07 mg		1,07 mg
Witamina E	12,79 mg		12,79 mg
Witamina D	0,00 mg		0,00 mg
Witamina A	5,05 mg		5,05 mg
Skrobia	259,85 mg		259,85 mg
Sól	6286,87 mg		6286,87 mg
Mangan	4,52 mg		4,52 mg
Miedź	1,46 mg		1,46 mg
Cynk	9,98 mg		9,98 mg
Żelazo	11,27 mg		11,27 mg
Magnez	345,21 mg		345,21 mg
Fosfor	1392,56 mg		1392,56 mg
Wapń	1194,62 mg		1194,62 mg
Potas	4135,95 mg		4135,95 mg
Sód	2627,31 mg		2627,31 mg
Blonnik pokarmowy	31,04 g		31,04 g
Cukry proste	14,55 g		14,55 g
Węglowodany	361,06 g		361,06 g
Cholesterol	206,45 mg		206,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,89 g		11,89 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,96 g		18,96 g
Tłuszcze nienasycone	32,40 g		32,40 g
Tłuszcze nasycone	21,57 g		21,57 g
Tłuszcze	62,42 g		62,42 g
Białka	111,33 g		111,33 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	↵	galaretką drobiową 50g *(soj, oz, ryb), polędwica z majerankiem, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Ryż na mleku, Sałata	zupa biały barszcz 400ml, bigos *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↻	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 80g, Marchew - 20g, Żelatyna - 4g, Woda - 100ml, Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Marchew - 50g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 10g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 2g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Woda - 400ml, Kapusta biała - 300g, Kiełbasa podwawelska - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2086,54 kCal
Witamina C	275,58 mg
Witamina B12	5,00 µg
Foliary	0,49 mg
Witamina B6	2,60 mg
Niacyna	18,90 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,74 mg
Witamina E	17,03 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,01 mg
Skrobia	155,48 mg
Sól	6480,86 mg
Mangan	5,50 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	13,82 mg
Żelazo	12,28 mg
Magnez	388,34 mg
Fosfor	1735,36 mg
Wapń	1262,55 mg
Potas	4789,07 mg
Sód	2590,46 mg
Błonnik pokarmowy	32,09 g
Cukry proste	21,58 g
Węglowodany	267,31 g
Cholesterol	384,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,43 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,94 g
Tłuszcze nienasycone	45,29 g
Tłuszcze nasycone	25,22 g
Tłuszcze	76,01 g
Białka	109,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	↪	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Ryż na mleku, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa biały barszcz 400ml, surówka z marchewki tartej, Kompot, pierogi leniwe *(glu, mle, jaj)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Ryż biały - 25g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Marchew - 170g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Olej rzepakowy - 10g, Woda - 250ml, Mieszanek owocowa, mrożona - 50g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski z truskawkami *(mle) - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2200,72 kCal
Witamina C	133,95 mg
Witamina B12	2,24 µg
Foliary	0,36 mg
Witamina B6	2,55 mg
Niacyna	14,96 mg
Witamina B2	1,69 mg
Witamina B1	1,13 mg
Witamina E	12,92 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,41 mg
Skrobia	226,21 mg
Sól	5694,54 mg
Mangan	3,40 mg
Miedź	1,44 mg
Cynk	7,72 mg
Żelazo	9,61 mg
Magnez	326,38 mg
Fosfor	1242,33 mg
Wapń	888,87 mg
Potas	4734,22 mg
Sód	2217,24 mg
Błonnik pokarmowy	28,09 g
Cukry proste	36,34 g
Węglowodany	334,18 g
Cholesterol	65,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,45 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,12 g
Tłuszcze nienasycone	38,26 g
Tłuszcze nasycone	22,90 g
Tłuszcze	63,85 g
Białka	86,56 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Ryż na mleku, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	kanapka z pomidorem	zupa biały barszcz 400ml, bigos *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Jabłko
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g	Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Mąka pszenna, typ 550 - 10g, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Cebula - 15g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Woda - 400ml, Olej rzepakowy - 5g, Kapusta biała - 300g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 15g, Kielbasa podwawelska - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	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	Jabłko - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2085,93 kCal
Witamina C	303,90 mg
Witamina B12	3,11 µg
Foliiany	0,48 mg
Witamina B6	2,52 mg
Niacyna	17,40 mg
Witamina B2	2,18 mg
Witamina B1	1,78 mg
Witamina E	17,94 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,17 mg
Skrobia	173,23 mg
Sól	7398,91 mg
Mangan	8,55 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	14,45 mg
Żelazo	13,60 mg
Magnez	424,38 mg
Fosfor	1624,03 mg
Wapń	1188,11 mg
Potas	4946,15 mg
Sód	2957,38 mg
Blonnik pokarmowy	42,92 g
Cukry proste	34,22 g
Węglowodany	310,85 g
Cholesterol	125,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,69 g
Tłuszcze nienasycone	37,12 g
Tłuszcze nasycone	22,75 g
Tłuszcze	63,57 g
Białka	88,99 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x3)(3):	J	zupa warzywna, 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 biały barszcz 400ml, bigos *(sel, gor, glu), Chleb wiejski *(glu), Kompot	szynka biała *(gor, glu), Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jabłko
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Olej rzepakowy - 20g, Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Marchew - 50g, Pietruszka, liście - 2g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Woda - 400ml, Kapusta biała - 300g, Kielbasa podwawelska - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 75g	szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 100g, Jaja gotowane - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12633 z dnia 03.08.2026

	Dieta bezmleczna (x3)(3):
Kalorie	2038,51 kCal
Witamina C	287,09 mg
Witamina B12	1,27 µg
Foliary	0,54 mg
Witamina B6	2,60 mg
Niacyna	22,19 mg
Witamina B2	1,32 mg
Witamina B1	1,75 mg
Witamina E	22,80 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,92 mg
Skrobia	197,26 mg
Sól	6069,82 mg
Mangan	4,31 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	10,44 mg
Żelazo	13,09 mg
Magnez	342,81 mg
Fosfor	1025,56 mg
Wapń	436,32 mg
Potas	5072,55 mg
Sód	2426,16 mg
Blonnik pokarmowy	34,97 g
Cukry proste	34,57 g
Węglowodany	290,50 g
Cholesterol	252,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	29,82 g
Tłuszcze nienasycone	52,44 g
Tłuszcze nasycone	14,58 g
Tłuszcze	71,41 g
Białka	75,67 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	→	Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Ryż na mleku, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa biały barszcz 400ml, surówka z marchewki tartej, Kompot, pierogi leniwe *(glu, mle, jaj)	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	↺	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 50g, Kajzerki - 45g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Marchew - 190g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2561,47 kCal
Witamina C	140,09 mg
Witamina B12	5,19 µg
Foliary	0,44 mg
Witamina B6	2,83 mg
Niacyna	15,52 mg
Witamina B2	2,61 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	12,64 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,98 mg
Skrobia	239,43 mg
Sól	6998,49 mg
Mangan	3,44 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	10,19 mg
Żelazo	11,62 mg
Magnez	389,78 mg
Fosfor	1738,03 mg
Wapń	1489,87 mg
Potas	5501,32 mg
Sód	2798,49 mg
Błonnik pokarmowy	28,79 g
Cukry proste	32,78 g
Węglowodany	365,44 g
Cholesterol	294,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,00 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,23 g
Tłuszcze nienasycone	42,26 g
Tłuszcze nasycone	32,21 g
Tłuszcze	78,55 g
Białka	112,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	~	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ryż na mleku, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa biały barszcz 400ml, Kompot, Marchew, gotowana w wodzie, pierogi leniwe *(glu, mle, jaj)	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka biała *(glu, gor), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Marchew - 70g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Marchew, gotowana w wodzie - 120g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2327.02 kCal
Witamina C	108.09 mg
Witamina B12	3.55 µg
Foliary	0.34 mg
Witamina B6	2.60 mg
Niacyna	14.85 mg
Witamina B2	2.30 mg
Witamina B1	1.22 mg
Witamina E	9.18 mg
Witamina D	0.00 mg
Witamina A	3.24 mg
Skrobia	250.24 mg
Sól	5551.64 mg
Mangan	3.65 mg
Miedź	1.50 mg
Cynk	9.23 mg
Żelazo	9.48 mg
Magnez	358.83 mg
Fosfor	1612.58 mg
Wapń	1257.42 mg
Potas	4749.92 mg
Sód	2219.54 mg
Blonnik pokarmowy	28.62 g
Cukry proste	29.10 g
Węglowodany	360.07 g
Cholesterol	89.80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10.94 g
Tłuszcze jednonienasycone	15.42 g
Tłuszcze nienasycone	31.13 g
Tłuszcze nasycone	25.67 g
Tłuszcze	59.37 g
Białka	102.49 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grochowa 400ml, cukinia faszerowana mięsem, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Mielonka (Luncheon meat), Papryka czerwona, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Groch, nasiona suche - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Marchew - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Cebula - 20g, Kielbasa śląska - 20g, Cukinia - 150g, Wieprzowina, łopatka - 80g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Bułka tarta *(glu) - 10g, Papryka czerwona, konserwowa - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Ryż biały - 20g, Olej rzepakowy - 10g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mielonka (Luncheon meat) - 50g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2376,22 kCal
Witamina C	210,34 mg
Witamina B12	3,54 µg
Foliary	0,55 mg
Witamina B6	3,45 mg
Niacyna	22,99 mg
Witamina B2	2,38 mg
Witamina B1	2,37 mg
Witamina E	12,27 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,68 mg
Skrobia	203,98 mg
Sól	4688,83 mg
Mangan	6,63 mg
Miedź	2,04 mg
Cynk	14,98 mg
Żelazo	15,41 mg
Magnez	466,41 mg
Fosfor	1779,79 mg
Wapń	1136,98 mg
Potas	6092,48 mg
Sód	1870,25 mg
Błonnik pokarmowy	35,96 g
Cukry proste	43,12 g
Węglowodany	349,00 g
Cholesterol	193,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,98 g
Tłuszcze nienasycone	39,66 g
Tłuszcze nasycone	25,00 g
Tłuszcze	69,22 g
Białka	105,94 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	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, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Nektarynka
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Marchew - 100g, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Kasza manna *(glu) - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Schab w sosie własnym, pieczony - 130g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Nektarynka - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2217,62 kCal
Witamina C	203,26 mg
Witamina B12	3,38 µg
Foliary	0,49 mg
Witamina B6	3,20 mg
Niacyna	26,21 mg
Witamina B2	2,27 mg
Witamina B1	2,25 mg
Witamina E	17,69 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,42 mg
Skrobia	203,48 mg
Sól	3876,72 mg
Mangan	4,49 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	11,10 mg
Żelazo	13,78 mg
Magnez	424,01 mg
Fosfor	1701,49 mg
Wapń	955,71 mg
Potas	5981,39 mg
Sód	1548,88 mg
Blonnik pokarmowy	31,94 g
Cukry proste	27,22 g
Węglowodany	318,05 g
Cholesterol	138,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,96 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,23 g
Tłuszcze nienasycone	39,84 g
Tłuszcze nasycone	20,61 g
Tłuszcze	64,44 g
Białka	106,78 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szczypiorek, twaróg z zieleniną	kisiel 300ml	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	kanapka z ogórkiem	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, sałatka makaronowa I	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Szczypiorek - 10g	Kisiel w proszku - 30g, Woda - 300ml	Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 85g, Pietruszka, korzeń - 20g, Kasza manna *(glu) - 15g, Pietruszka, liście - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ogórek - 25g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 30g, Papryka czerwona - 65g, Ogórek - 25g, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 10g, Koper ogrodowy - 3g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzykowa (x5)(5):
Kalorie	2392,28 kCal
Witamina C	243,77 mg
Witamina B12	4,10 µg
Foliary	0,50 mg
Witamina B6	3,61 mg
Niacyna	25,83 mg
Witamina B2	2,50 mg
Witamina B1	2,38 mg
Witamina E	14,66 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,61 mg
Skrobia	223,39 mg
Sól	3875,51 mg
Mangan	7,67 mg
Miedź	1,92 mg
Cynk	14,10 mg
Żelazo	15,21 mg
Magnez	472,51 mg
Fosfor	1932,99 mg
Wapń	1137,16 mg
Potas	5619,05 mg
Sód	1926,12 mg
Błonnik pokarmowy	36,30 g
Cukry proste	17,54 g
Węglowodany	343,43 g
Cholesterol	311,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,70 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,63 g
Tłuszcze nienasycone	38,33 g
Tłuszcze nasycone	24,70 g
Tłuszcze	68,78 g
Białka	117,85 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x3)(3):	J	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Mielonka (Luncheon meat), Pomidor, Sałata	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Nektarynka
	G	Pietruszka, liście - 4g, Olej rzepakowy - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Ryż biały - 25g, Marchew - 30g, Woda - 250ml, Pietruszka, korzeń - 20g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mielonka (Luncheon meat) - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 65g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Olej rzepakowy - 10g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Woda - 250ml, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g	Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 30g, Sałata - 10g	Nektarynka - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x3)(3):
Kalorie	2021,51 kCal
Witamina C	222,38 mg
Witamina B12	1,64 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,71 mg
Niacyna	31,42 mg
Witamina B2	1,39 mg
Witamina B1	2,34 mg
Witamina E	20,14 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,28 mg
Skrobia	221,93 mg
Sól	4115,97 mg
Mangan	3,84 mg
Miedź	1,92 mg
Cynk	10,28 mg
Żelazo	14,40 mg
Magnez	403,96 mg
Fosfor	1257,31 mg
Wapń	336,72 mg
Potas	6207,90 mg
Sód	1644,16 mg
Blonnik pokarmowy	30,62 g
Cukry proste	18,36 g
Węglowodany	298,84 g
Cholesterol	250,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,33 g
Tłuszcze jednonienasycone	28,16 g
Tłuszcze nienasycone	45,88 g
Tłuszcze nasycone	11,94 g
Tłuszcze	62,02 g
Białka	81,92 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Chrupki kukurydziane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 450g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g	Chrupki kukurydziane - 30g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2242,15 kCal
Witamina C	159,18 mg
Witamina B12	4,04 µg
Foliary	0,47 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	25,41 mg
Witamina B2	2,36 mg
Witamina B1	2,32 mg
Witamina E	11,14 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,46 mg
Skrobia	225,54 mg
Sól	4613,75 mg
Mangan	4,04 mg
Miedź	1,62 mg
Cynk	11,32 mg
Żelazo	13,76 mg
Magnez	409,50 mg
Fosfor	1754,10 mg
Wapń	1096,50 mg
Potas	5334,70 mg
Sód	2221,50 mg
Błonnik pokarmowy	29,58 g
Cukry proste	17,34 g
Węglowodany	313,58 g
Cholesterol	297,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,13 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,47 g
Tłuszcze nienasycone	32,25 g
Tłuszcze nasycone	22,61 g
Tłuszcze	60,14 g
Białka	126,07 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	płatki owsiane na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	zupa warzywna	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(glu, sel, gor)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Marchew - 45g, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Kasza manna *(glu) - 15g, Fasola szparagowa - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g	Ryż biały - 25g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2229,85 kCal
Witamina C	194,43 mg
Witamina B12	3,40 µg
Foliary	0,51 mg
Witamina B6	3,90 mg
Niacyna	28,50 mg
Witamina B2	2,24 mg
Witamina B1	2,46 mg
Witamina E	10,59 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,18 mg
Skrobia	236,74 mg
Sól	3978,08 mg
Mangan	4,71 mg
Miedź	1,85 mg
Cynk	11,37 mg
Żelazo	13,48 mg
Magnez	447,39 mg
Fosfor	1734,87 mg
Wapń	1102,72 mg
Potas	6178,54 mg
Sód	1967,36 mg
Blonnik pokarmowy	31,42 g
Cukry proste	16,34 g
Węglowodany	327,11 g
Cholesterol	127,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,21 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,50 g
Tłuszcze nienasycone	29,36 g
Tłuszcze nasycone	21,89 g
Tłuszcze	55,85 g
Białka	119,66 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Makaron na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	surówka z warzyw mieszanych, Kasza gryczana, gotowana, kisiel 300ml, Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kabanosy, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Brzoskwinia
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Kapusta biała - 90g, Marchew - 80g, Cebula - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 60g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 7g, Olej rzepakowy - 5g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 120g, Ziemniaki, średnio - 200g, Pietruszka, korzeń - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Kalafior, mrożony - 35g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Kabanosy - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Brzoskwinia - 120g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2134,44 kCal
Witamina C	142,31 mg
Witamina B12	3,51 µg
Foliary	0,38 mg
Witamina B6	2,55 mg
Niacyna	19,34 mg
Witamina B2	2,18 mg
Witamina B1	1,95 mg
Witamina E	12,61 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,82 mg
Skrobia	172,19 mg
Sól	8991,75 mg
Mangan	5,19 mg
Miedź	1,46 mg
Cynk	13,59 mg
Żelazo	12,44 mg
Magnez	446,98 mg
Fosfor	1655,40 mg
Wapń	1131,35 mg
Potas	4653,85 mg
Sód	3595,30 mg
Błonnik pokarmowy	31,51 g
Cukry proste	17,06 g
Węglowodany	291,22 g
Cholesterol	167,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,38 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,75 g
Tłuszcze nienasycone	32,79 g
Tłuszcze nasycone	24,11 g
Tłuszcze	63,23 g
Białka	115,23 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Makaron na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Pietruszka, korzeń - 30g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 35g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12654 z dnia 05.08.2026

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2025,75 kCal
Witamina C	154,42 mg
Witamina B12	3,13 µg
Foliary	0,40 mg
Witamina B6	2,96 mg
Niacyna	17,95 mg
Witamina B2	2,06 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	9,58 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,83 mg
Skrobia	196,22 mg
Sól	5473,71 mg
Mangan	3,05 mg
Miedź	1,41 mg
Cynk	8,90 mg
Żelazo	10,05 mg
Magnez	355,81 mg
Fosfor	1428,62 mg
Wapń	991,33 mg
Potas	5155,07 mg
Sód	2139,79 mg
Błonnik pokarmowy	29,25 g
Cukry proste	14,22 g
Węglowodany	303,48 g
Cholesterol	205,48 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,51 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,16 g
Tłuszcze nienasycone	29,73 g
Tłuszcze nasycone	21,20 g
Tłuszcze	55,56 g
Białka	88,80 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	J	Makaron na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	kanapka z papryką	pulpet gotowany w sosie koperkowym, surówka z warzyw mieszanych, kisiel 300ml, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	kanapka z wędliną
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g, Papryka czerwona - 25g	Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 12g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Kapusta biała - 90g, Cebula - 10g, Por - 5g, Olej rzepakowy - 10g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 35g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 20g, Chleb żytni razowy *(glu) - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2305,93 kCal
Witamina C	241,88 mg
Witamina B12	2,79 µg
Foliary	0,49 mg
Witamina B6	3,35 mg
Niacyna	22,56 mg
Witamina B2	2,08 mg
Witamina B1	2,07 mg
Witamina E	17,23 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,13 mg
Skrobia	223,23 mg
Sól	7083,95 mg
Mangan	8,41 mg
Miedź	1,89 mg
Cynk	14,76 mg
Żelazo	14,66 mg
Magnez	456,29 mg
Fosfor	1644,34 mg
Wapń	893,66 mg
Potas	5874,46 mg
Sód	2783,36 mg
Blonnik pokarmowy	44,08 g
Cukry proste	26,17 g
Węglowodany	361,58 g
Cholesterol	146,68 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,78 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,74 g
Tłuszcze nienasycone	38,35 g
Tłuszcze nasycone	20,26 g
Tłuszcze	63,37 g
Białka	94,12 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	↪	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Surówka z marchwi, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	kanapka z wędliną
	↻	Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 30g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 200g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Surówka z marchwi - 50g, szynka wyborna - 50g	Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Pietruszka, korzeń - 20g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 25g, Koper ogrodowy - 8g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 35g, Olej rzepakowy - 5g	Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 200g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Chleb wiejski *(glu) - 50g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12656 z dnia 05.08.2026

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2032,04 kCal
Witamina C	148,40 mg
Witamina B12	0,69 µg
Foliary	0,39 mg
Witamina B6	3,17 mg
Niacyna	21,54 mg
Witamina B2	1,06 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	13,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,71 mg
Skrobia	234,24 mg
Sól	5853,00 mg
Mangan	3,62 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	8,13 mg
Żelazo	10,83 mg
Magnez	344,93 mg
Fosfor	1032,38 mg
Wapń	230,96 mg
Potas	5132,76 mg
Sód	2243,27 mg
Blonnik pokarmowy	32,02 g
Cukry proste	13,38 g
Węglowodany	316,71 g
Cholesterol	140,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,24 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,35 g
Tłuszcze nienasycone	39,87 g
Tłuszcze nasycone	12,66 g
Tłuszcze	57,12 g
Białka	74,74 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	Makaron na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ziemniaki, średnio - 500g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Kalafior, mrożony - 35g	Kasza manna *(glu) - 30g, Syrop truskawkowy - 20g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 220ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 50g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2318,80 kCal
Witamina C	121,47 mg
Witamina B12	5,44 µg
Foliiany	0,38 mg
Witamina B6	3,06 mg
Niacyna	17,21 mg
Witamina B2	3,11 mg
Witamina B1	1,48 mg
Witamina E	8,25 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,78 mg
Skrobia	203,44 mg
Sól	6383,46 mg
Mangan	2,91 mg
Miedź	1,41 mg
Cynk	11,44 mg
Żelazo	9,97 mg
Magnez	428,41 mg
Fosfor	1957,17 mg
Wapń	2507,63 mg
Potas	5817,37 mg
Sód	2502,49 mg
Błonnik pokarmowy	27,01 g
Cukry proste	11,52 g
Węglowodany	345,62 g
Cholesterol	223,08 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,50 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,18 g
Tłuszcze nienasycone	30,73 g
Tłuszcze nasycone	23,37 g
Tłuszcze	59,12 g
Białka	110,91 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	Makaron na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Pulpet drobiowy w sosie, kisiel 300ml, warzywa gotowane, Ziemniaki, gotowane w wodzie, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Kurczak gotowany *(soj, glu, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, szynka wyborna - 50g	Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, mieszanka warzywna - 120g, Kalafior, mrożony - 35g, Ziemniaki, średnio - 200g, Pietruszka, liście - 6g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 300g	Syrop truskawkowy - 30g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kasza manna *(glu) - 50g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2337,94 kCal
Witamina C	129,66 mg
Witamina B12	3,93 µg
Foliany	0,34 mg
Witamina B6	2,63 mg
Niacyna	16,06 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,30 mg
Witamina E	8,46 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,30 mg
Skrobia	224,73 mg
Sól	5739,84 mg
Mangan	3,28 mg
Miedź	1,40 mg
Cynk	9,49 mg
Żelazo	9,96 mg
Magnez	374,55 mg
Fosfor	1606,81 mg
Wapń	1227,71 mg
Potas	4891,57 mg
Sód	2198,33 mg
Blonnik pokarmowy	27,90 g
Cukry proste	10,49 g
Węglowodany	360,58 g
Cholesterol	221,48 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,71 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,46 g
Tłuszcze nienasycone	31,45 g
Tłuszcze nasycone	23,63 g
Tłuszcze	60,17 g
Białka	98,79 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szynka bankietowa *(soj)	schab duszony w sosie własnym, Kompot, Mizeria ze śmietaną 12% tłuszczu, Ziemniaki gotowane, Zupa z młodej kapusty z koperkiem	Krakowska parzona, marmolada wieloowocowa, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Szynka bankietowa - 1g, Buraki, gotowane w wodzie - 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	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 550 - 10g, Woda - 350ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kapusta biała - 80g, Marchew - 40g, Pietruszka, korzeń - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Koper ogrodowy - 10g, Mizeria ze śmietaną 12% tłuszczu - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Krakowska parzona - 40g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2142,32 kCal
Witamina C	158,60 mg
Witamina B12	3,99 µg
Foliary	0,36 mg
Witamina B6	3,18 mg
Niacyna	25,49 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	2,18 mg
Witamina E	9,85 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,24 mg
Skrobia	172,63 mg
Sól	5375,33 mg
Mangan	4,37 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	11,06 mg
Żelazo	11,63 mg
Magnez	388,75 mg
Fosfor	1759,95 mg
Wapń	977,89 mg
Potas	5130,91 mg
Sód	2148,19 mg
Błonnik pokarmowy	27,79 g
Cukry proste	34,50 g
Węglowodany	300,49 g
Cholesterol	151,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,92 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,07 g
Tłuszcze nienasycone	31,23 g
Tłuszcze nasycone	24,22 g
Tłuszcze	60,75 g
Białka	114,83 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, polędwica miodowa Ł - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 1g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 8g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ryż biały - 30g, Bułka tarta *(glu) - 5g, Wieprzowina, łopatką - 110g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2001,14 kCal
Witamina C	207,79 mg
Witamina B12	3,54 µg
Foliary	0,47 mg
Witamina B6	3,03 mg
Niacyna	22,34 mg
Witamina B2	2,17 mg
Witamina B1	1,89 mg
Witamina E	11,75 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,16 mg
Skrobia	196,87 mg
Sól	5254,97 mg
Mangan	3,76 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	11,19 mg
Żelazo	12,10 mg
Magnez	388,82 mg
Fosfor	1535,82 mg
Wapń	1065,78 mg
Potas	5512,66 mg
Sód	1740,26 mg
Błonnik pokarmowy	27,87 g
Cukry proste	14,41 g
Węglowodany	289,58 g
Cholesterol	147,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,04 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,30 g
Tłuszcze nienasycone	31,79 g
Tłuszcze nasycone	22,72 g
Tłuszcze	58,63 g
Białka	91,58 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Jabłko	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	kanapka z rzodkiewką	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Jabłko - 120g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, mieszanka warzywna - 25g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Marchew - 70g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatką - 110g, Ryż biały - 30g, Bułka tarta *(glu) - 20g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Rzodkiewka - 30g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12670 z dnia 06.08.2026

	Dieta cukrzykowa (x5)(5):
Kalorie	2364,27 kCal
Witamina C	254,56 mg
Witamina B12	4,65 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,32 mg
Niacyna	22,32 mg
Witamina B2	2,47 mg
Witamina B1	2,01 mg
Witamina E	14,39 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,17 mg
Skrobia	222,51 mg
Sól	6342,15 mg
Mangan	7,43 mg
Miedź	1,89 mg
Cynk	14,73 mg
Żelazo	15,09 mg
Magnez	476,88 mg
Fosfor	1878,62 mg
Wapń	1227,88 mg
Potas	6023,38 mg
Sód	2174,83 mg
Błonnik pokarmowy	40,21 g
Cukry proste	23,47 g
Węglowodany	353,83 g
Cholesterol	162,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,72 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,16 g
Tłuszcze nienasycone	37,33 g
Tłuszcze nasycone	26,06 g
Tłuszcze	68,41 g
Białka	102,56 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x3)(3):	J	połędwica miodowa regionalna *(soj), zupa warzywna, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Mus owocowy Marakuja Cytryna Tymbark
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, połędwica miodowa regionalna - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 1g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Olej rzepakowy - 10g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 20g, Pietruszka, liście - 6g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 15g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatka - 120g, Ryż biały - 30g, Bułka tarta *(glu) - 15g, Bułka czerstwa *(glu) - 15g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 20g	szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Banan - 30g, Jabłko - 164g, Cytryna - 6g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12671 z dnia 06.08.2026

	Dieta bezmleczna (x3)(3):
Kalorie	2176,34 kCal
Witamina C	253,60 mg
Witamina B12	0,84 µg
Foliary	0,46 mg
Witamina B6	3,50 mg
Niacyna	27,49 mg
Witamina B2	1,21 mg
Witamina B1	1,95 mg
Witamina E	19,95 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,49 mg
Skrobia	229,30 mg
Sól	4690,65 mg
Mangan	4,28 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	10,25 mg
Żelazo	13,19 mg
Magnez	382,68 mg
Fosfor	1056,50 mg
Wapń	249,69 mg
Potas	6130,02 mg
Sód	1802,39 mg
Blonnik pokarmowy	32,48 g
Cukry proste	31,33 g
Węglowodany	325,50 g
Cholesterol	73,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	18,86 g
Tłuszcze jednonienasycone	29,65 g
Tłuszcze nienasycone	50,00 g
Tłuszcze nasycone	13,99 g
Tłuszcze	68,98 g
Białka	77,70 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem	marmolada wieloowocowa, szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica miodowa Ł - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 1g, Chleb wiejski - 50g, Kajzerki - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	mieszanka warzywna - 35g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 450ml, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatka - 120g, Ryż biały - 30g, Bułka tarta *(glu) - 15g	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem - 375g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, marmolada wieloowocowa - 40g, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2383,52 kCal
Witamina C	177,76 mg
Witamina B12	5,47 µg
Foliary	0,43 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	22,58 mg
Witamina B2	2,68 mg
Witamina B1	2,02 mg
Witamina E	10,81 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,07 mg
Skrobia	215,55 mg
Sól	6165,18 mg
Mangan	3,79 mg
Miedź	1,55 mg
Cynk	12,62 mg
Żelazo	12,38 mg
Magnez	429,50 mg
Fosfor	1859,25 mg
Wapń	2164,39 mg
Potas	5835,46 mg
Sód	2104,24 mg
Błonnik pokarmowy	29,80 g
Cukry proste	34,74 g
Węglowodany	351,62 g
Cholesterol	180,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,64 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,43 g
Tłuszcze nienasycone	35,54 g
Tłuszcze nasycone	27,30 g
Tłuszcze	67,58 g
Białka	108,69 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)	szynka gotowana wieprzowa *(glu, gor, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	mieszanka warzywna - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Brokuły, mrożone - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Bułka tarta *(glu) - 15g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Wieprzowina, łopatka - 110g, Ryż biały - 30g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2282,57 kCal
Witamina C	202,74 mg
Witamina B12	5,40 µg
Foliary	0,46 mg
Witamina B6	3,19 mg
Niacyna	22,14 mg
Witamina B2	2,67 mg
Witamina B1	1,97 mg
Witamina E	11,00 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	200,39 mg
Sól	6124,29 mg
Mangan	3,96 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	12,30 mg
Żelazo	12,21 mg
Magnez	432,07 mg
Fosfor	1846,12 mg
Wapń	1457,14 mg
Potas	5914,70 mg
Sód	1944,02 mg
Błonnik pokarmowy	29,30 g
Cukry proste	13,19 g
Węglowodany	327,20 g
Cholesterol	174,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,22 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,39 g
Tłuszcze nienasycone	34,74 g
Tłuszcze nasycone	26,76 g
Tłuszcze	66,24 g
Białka	107,82 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser, edamski tłusty	zupa zacierkowa, buraczki duszone, gołąbek w sosie, Kompot, Ziemniaki gotowane	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 200g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, edamski tłusty - 50g	Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 7g, Koper ogrodowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Burak - 120g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Kapusta biała - 200g, Ryż biały - 30g, Mintaj, świeży - 90g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 5g	serek wiejski z truskawkami *(mle) - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2248,58 kCal
Witamina C	244,94 mg
Witamina B12	6,41 µg
Foliiany	0,58 mg
Witamina B6	2,70 mg
Niacyna	16,15 mg
Witamina B2	2,07 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	14,96 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,86 mg
Skrobia	211,49 mg
Sól	5544,62 mg
Mangan	5,45 mg
Miedź	1,68 mg
Cynk	12,02 mg
Żelazo	13,73 mg
Magnez	412,63 mg
Fosfor	1823,43 mg
Wapń	1487,88 mg
Potas	5537,69 mg
Sód	2155,85 mg
Błonnik pokarmowy	32,83 g
Cukry proste	36,46 g
Węglowodany	330,84 g
Cholesterol	392,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,24 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,95 g
Tłuszcze nienasycone	32,58 g
Tłuszcze nasycone	27,22 g
Tłuszcze	63,89 g
Białka	103,94 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Banan, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	Napój mleczny jogurtowy
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Banan - 200g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 30g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2397,79 kCal
Witamina C	194,26 mg
Witamina B12	4,32 µg
Foliary	0,51 mg
Witamina B6	3,74 mg
Niacyna	18,38 mg
Witamina B2	2,83 mg
Witamina B1	1,44 mg
Witamina E	12,05 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,09 mg
Skrobia	203,89 mg
Sól	3830,67 mg
Mangan	4,29 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	10,73 mg
Żelazo	12,95 mg
Magnez	458,66 mg
Fosfor	1833,15 mg
Wapń	1277,94 mg
Potas	6634,07 mg
Sód	1582,17 mg
Blonnik pokarmowy	35,17 g
Cukry proste	35,44 g
Węglowodany	386,88 g
Cholesterol	322,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,32 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,85 g
Tłuszcze nienasycone	29,16 g
Tłuszcze nasycone	21,39 g
Tłuszcze	54,75 g
Białka	102,35 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Jabłko	zupa zacierkowa, gołąbek w sosie, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 25g, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Jabłko - 120g	Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 7g, Koper ogrodowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Mintaj, świeży - 90g, Ryż biały - 30g, Kapusta biała - 200g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzykowa (x5)(5):
Kalorie	2381,59 kCal
Witamina C	252,09 mg
Witamina B12	7,70 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,10 mg
Niacyna	17,22 mg
Witamina B2	3,10 mg
Witamina B1	1,62 mg
Witamina E	15,51 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,93 mg
Skrobia	227,18 mg
Sól	4805,72 mg
Mangan	7,06 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	15,50 mg
Żelazo	14,95 mg
Magnez	496,58 mg
Fosfor	2255,16 mg
Wapń	1418,12 mg
Potas	6358,83 mg
Sód	1920,03 mg
Blonnik pokarmowy	42,17 g
Cukry proste	31,81 g
Węglowodany	366,57 g
Cholesterol	542,52 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,93 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,86 g
Tłuszcze nienasycone	31,94 g
Tłuszcze nasycone	22,36 g
Tłuszcze	59,05 g
Białka	112,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	→	szynka biała *(gor, glu), zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)
	G	Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 10g, Ryż biały - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Olej rzepakowy - 10g, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Olej rzepakowy - 10g, Marchew - 60g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Chleb wiejski - 100g, Jaja gotowane - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 30g	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kielbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 10g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2172,74 kCal
Witamina C	237,06 mg
Witamina B12	1,10 µg
Foliary	0,55 mg
Witamina B6	3,17 mg
Niacyna	22,16 mg
Witamina B2	1,30 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	20,30 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,47 mg
Skrobia	240,31 mg
Sól	4934,92 mg
Mangan	4,09 mg
Miedź	1,87 mg
Cynk	8,75 mg
Żelazo	14,96 mg
Magnez	383,01 mg
Fosfor	1175,50 mg
Wapń	337,04 mg
Potas	6084,77 mg
Sód	2036,02 mg
Błonnik pokarmowy	35,79 g
Cukry proste	23,04 g
Węglowodany	318,93 g
Cholesterol	288,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	19,62 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,60 g
Tłuszcze nienasycone	50,29 g
Tłuszcze nasycone	14,29 g
Tłuszcze	68,94 g
Białka	81,87 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	ry	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy chudy	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	Napój mleczny jogurtowy
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g, Ser twarogowy chudy - 90g	Olej rzepakowy - 10g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 25g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2429,94 kCal
Witamina C	203,28 mg
Witamina B12	5,28 µg
Foliiany	0,51 mg
Witamina B6	3,06 mg
Niacyna	17,14 mg
Witamina B2	3,05 mg
Witamina B1	1,39 mg
Witamina E	15,66 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,84 mg
Skrobia	192,23 mg
Sól	4335,02 mg
Mangan	3,22 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	11,06 mg
Żelazo	12,50 mg
Magnez	401,61 mg
Fosfor	1979,25 mg
Wapń	1472,09 mg
Potas	6040,87 mg
Sód	1783,72 mg
Błonnik pokarmowy	30,10 g
Cukry proste	18,71 g
Węglowodany	342,36 g
Cholesterol	357,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,59 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,80 g
Tłuszcze nienasycone	42,88 g
Tłuszcze nasycone	24,31 g
Tłuszcze	72,03 g
Białka	113,07 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, szynka konserwowa wieprzowa *(glu, sel, gor)	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 25g, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, miruna ryba - 90g, mieszanka warzywna - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	serek wiejski z truskawkami *(mle) - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2215,94 kCal
Witamina C	177,27 mg
Witamina B12	3,05 µg
Foliiany	0,41 mg
Witamina B6	2,76 mg
Niacyna	16,90 mg
Witamina B2	2,13 mg
Witamina B1	1,29 mg
Witamina E	12,06 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,91 mg
Skrobia	208,36 mg
Sól	5111,17 mg
Mangan	3,65 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	8,99 mg
Żelazo	11,00 mg
Magnez	363,76 mg
Fosfor	1534,70 mg
Wapń	1168,44 mg
Potas	5322,37 mg
Sód	2035,22 mg
Blonnik pokarmowy	33,59 g
Cukry proste	37,20 g
Węglowodany	329,77 g
Cholesterol	115,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,16 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,76 g
Tłuszcze nienasycone	30,63 g
Tłuszcze nasycone	23,00 g
Tłuszcze	56,67 g
Białka	107,17 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kielbasa podwawelska, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	zupa brokułowa 400ml, Wątróbka duszona, Kompot, surówka z młodej kapusty *(gor, sel), Ziemniaki gotowane	kielbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata, twaróg z zieleniną	Kiwi
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Kielbasa podwawelska - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 80g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Koper ogrodowy - 4g, Wątroba wieprzowa - 120g, Cebula - 45g, Olej rzepakowy - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta biała - 90g, Kukurydza, konserwowa - 20g, ocet - 1g, Cukier - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Koper ogrodowy - 4g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 40g, kielbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 5g	Kiwi - 80g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2092,88 kCal
Witamina C	307,87 mg
Witamina B12	32,62 µg
Foliany	0,56 mg
Witamina B6	3,67 mg
Niacyna	37,15 mg
Witamina B2	5,46 mg
Witamina B1	1,57 mg
Witamina E	14,28 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	17,63 mg
Skrobia	188,64 mg
Sól	4877,95 mg
Mangan	4,84 mg
Miedź	2,27 mg
Cynk	15,45 mg
Żelazo	31,10 mg
Magnez	392,12 mg
Fosfor	1779,03 mg
Wapń	919,99 mg
Potas	5493,62 mg
Sód	1949,33 mg
Błonnik pokarmowy	31,89 g
Cukry proste	22,76 g
Węglowodany	291,89 g
Cholesterol	535,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,69 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,18 g
Tłuszcze nienasycone	40,73 g
Tłuszcze nasycone	22,34 g
Tłuszcze	66,86 g
Białka	96,51 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 120g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Koper ogrodowy - 2g, ozory wieprzowe - 110g, Pietruszka, liście - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	skyr owocowy *(mle) - 1g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2028,19 kCal
Witamina C	211,85 mg
Witamina B12	2,34 µg
Foliiany	0,45 mg
Witamina B6	2,68 mg
Niacyna	15,57 mg
Witamina B2	1,76 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	10,62 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,48 mg
Skrobia	185,20 mg
Sól	5539,12 mg
Mangan	3,30 mg
Miedź	1,39 mg
Cynk	7,37 mg
Żelazo	13,60 mg
Magnez	348,41 mg
Fosfor	1177,45 mg
Wapń	997,09 mg
Potas	5197,32 mg
Sód	2335,22 mg
Błonnik pokarmowy	28,20 g
Cukry proste	21,83 g
Węglowodany	275,41 g
Cholesterol	186,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,96 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,48 g
Tłuszcze nienasycone	23,34 g
Tłuszcze nasycone	23,82 g
Tłuszcze	62,42 g
Białka	104,19 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	szynka z kotła, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, Kompot, surówka z młodej kapusty *(gor, sel), Ziemniaki gotowane	kanapka z serem żółtym	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj)	Jabłko
	↺	Pietruszka, korzeń - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 50g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 80g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 4g, Brokuły, mrożone - 35g, ozory wieprzowe - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, liście - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta biała - 90g, Olej rzepakowy - 5g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 20g, ocet - 1g,	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ser, edamski tłusty - 15g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Noga (udo) kurczaka - 60g, mieszanka warzywna - 20g, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2259,57 kCal
Witamina C	301,71 mg
Witamina B12	2,12 µg
Foliiany	0,54 mg
Witamina B6	3,48 mg
Niacyna	19,68 mg
Witamina B2	1,79 mg
Witamina B1	1,44 mg
Witamina E	16,97 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,99 mg
Skrobia	200,15 mg
Sól	6514,80 mg
Mangan	7,15 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	11,62 mg
Żelazo	17,21 mg
Magnez	460,07 mg
Fosfor	1538,40 mg
Wapń	949,80 mg
Potas	6337,28 mg
Sód	2724,56 mg
Blonnik pokarmowy	44,26 g
Cukry proste	31,16 g
Węglowodany	324,88 g
Cholesterol	213,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,47 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,99 g
Tłuszcze nienasycone	33,40 g
Tłuszcze nasycone	22,86 g
Tłuszcze	72,85 g
Białka	95,92 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	szynka z kotła, zupa warzywna, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa brokułowa 400ml, schab duszony w sosie własnym, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj)	Banan
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Pietruszka, korzeń - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 2g, Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 20g, Woda - 500ml, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 140g, Olej rzepakowy - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 200g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Banan - 200g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2032,59 kCal
Witamina C	246,89 mg
Witamina B12	0,98 µg
Foliary	0,48 mg
Witamina B6	4,34 mg
Niacyna	32,28 mg
Witamina B2	1,25 mg
Witamina B1	2,40 mg
Witamina E	17,39 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,96 mg
Skrobia	210,68 mg
Sól	5413,32 mg
Mangan	4,35 mg
Miedź	1,76 mg
Cynk	8,22 mg
Żelazo	12,61 mg
Magnez	419,16 mg
Fosfor	1094,15 mg
Wapń	234,44 mg
Potas	6432,02 mg
Sód	2162,87 mg
Blonnik pokarmowy	31,47 g
Cukry proste	31,20 g
Węglowodany	310,91 g
Cholesterol	59,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,57 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,72 g
Tłuszcze nienasycone	42,19 g
Tłuszcze nasycone	10,60 g
Tłuszcze	56,55 g
Białka	85,79 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	↪	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	↻	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 120g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, ozory wieprzowe - 110g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Pietruszka, liście - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	skyr owocowy *(mle) - 1g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2225,99 kCal
Witamina C	217,59 mg
Witamina B12	3,54 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,03 mg
Niacyna	16,54 mg
Witamina B2	2,51 mg
Witamina B1	1,47 mg
Witamina E	10,00 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,48 mg
Skrobia	192,36 mg
Sól	7050,12 mg
Mangan	3,41 mg
Miedź	1,47 mg
Cynk	9,81 mg
Żelazo	14,68 mg
Magnez	414,81 mg
Fosfor	1559,20 mg
Wapń	1466,44 mg
Potas	6024,92 mg
Sód	2939,52 mg
Błonnik pokarmowy	31,40 g
Cukry proste	22,51 g
Węglowodany	307,02 g
Cholesterol	197,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,10 g
Tłuszcze nienasycone	22,07 g
Tłuszcze nasycone	24,91 g
Tłuszcze	62,53 g
Białka	123,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 120g, Pietruszka, korzeń - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 2g, Woda - 600ml, ozory wieprzowe - 110g, Pietruszka, liście - 2g, Kalafior, mrożony - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	skyr owocowy *(mle) - 1g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2179,54 kCal
Witamina C	210,65 mg
Witamina B12	3,52 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,71 mg
Niacyna	15,32 mg
Witamina B2	2,41 mg
Witamina B1	1,42 mg
Witamina E	8,31 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,50 mg
Skrobia	193,63 mg
Sól	6746,37 mg
Mangan	3,37 mg
Miedź	1,35 mg
Cynk	9,20 mg
Żelazo	13,89 mg
Magnez	394,21 mg
Fosfor	1487,75 mg
Wapń	1409,84 mg
Potas	5481,02 mg
Sód	2818,02 mg
Blonnik pokarmowy	27,00 g
Cukry proste	18,71 g
Węglowodany	297,78 g
Cholesterol	195,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,82 g
Tłuszcze jednonienasycone	11,74 g
Tłuszcze nienasycone	21,46 g
Tłuszcze nasycone	24,31 g
Tłuszcze	61,14 g
Białka	121,71 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa barszcz ukraiński zabieleny 400ml, surówka z marchwi i jabłka, kasza kuskus gotowana, Kompot, kotlet pożarski *(glu, jaj, mle)	południca miodowa Ł *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Fasola biała, nasiona suche - 20g, Woda - 500ml, Marchew - 170g, Kapusta biała - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 2g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 1g, ocet - 1g, Por - 25g, Jabłko - 30g, jogurt typ grecki *(mle) - 10ml, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Bułka tarta *(glu) - 20g, Olej rzepakowy - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, połędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2222,97 kCal
Witamina C	118,58 mg
Witamina B12	3,69 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,41 mg
Niacyna	15,23 mg
Witamina B2	2,46 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	12,16 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,51 mg
Skrobia	147,79 mg
Sól	5666,11 mg
Mangan	4,82 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	11,57 mg
Żelazo	13,32 mg
Magnez	371,13 mg
Fosfor	1693,65 mg
Wapń	1020,44 mg
Potas	4668,45 mg
Sód	1809,31 mg
Blonnik pokarmowy	32,11 g
Cukry proste	20,67 g
Węglowodany	363,39 g
Cholesterol	230,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,78 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,39 g
Tłuszcze nienasycone	39,36 g
Tłuszcze nasycone	24,12 g
Tłuszcze	68,49 g
Białka	116,43 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kasza kuskus gotowana, Kompot	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Banan
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Marchew - 200g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 200g, Burak - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 200ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Banan - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2097,03 kCal
Witamina C	150,95 mg
Witamina B12	3,58 µg
Foliiany	0,48 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	18,50 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	1,23 mg
Witamina E	11,14 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,02 mg
Skrobia	124,18 mg
Sól	5397,86 mg
Mangan	3,84 mg
Miedź	1,62 mg
Cynk	10,12 mg
Żelazo	12,10 mg
Magnez	403,83 mg
Fosfor	1543,23 mg
Wapń	1063,16 mg
Potas	5460,60 mg
Sód	2157,43 mg
Blonnik pokarmowy	28,76 g
Cukry proste	33,15 g
Węglowodany	350,34 g
Cholesterol	297,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,71 g
Tłuszcze nienasycone	42,77 g
Tłuszcze nasycone	23,86 g
Tłuszcze	72,63 g
Białka	102,42 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	kanapka z pomidorem	kurczak w sosie, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kasza gryczana, gotowana, Kompot	Jabłko	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza gryczana, gotowana - 120g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12704 z dnia 09.08.2026

	Dieta cukrzykowa (x6)(6):
Kalorie	2105,93 kCal
Witamina C	231.06 mg
Witamina B12	3,22 µg
Foliary	0,50 mg
Witamina B6	2,93 mg
Niacyna	18,32 mg
Witamina B2	2,25 mg
Witamina B1	1,40 mg
Witamina E	11,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,14 mg
Skrobia	160,23 mg
Sól	6070,01 mg
Mangan	7,40 mg
Miedź	1,75 mg
Cynk	13,76 mg
Żelazo	15,49 mg
Magnez	474,28 mg
Fosfor	1794,98 mg
Wapń	1017,66 mg
Potas	4948,25 mg
Sód	2510,28 mg
Błonnik pokarmowy	38,70 g
Cukry proste	29,70 g
Węglowodany	283,29 g
Cholesterol	324,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,24 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,20 g
Tłuszcze nienasycone	42,73 g
Tłuszcze nasycone	22,41 g
Tłuszcze	71,00 g
Białka	117,84 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	↪	polędwica z majerankiem, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kasza kuskus gotowana, Kompot	szynka biała *(gor, glu), Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	Banan
	↻	Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 200g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew - 200g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	Banan - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2086,51 kCal
Witamina C	187,27 mg
Witamina B12	0,88 µg
Foliary	0,54 mg
Witamina B6	3,65 mg
Niacyna	23,20 mg
Witamina B2	1,44 mg
Witamina B1	1,22 mg
Witamina E	15,85 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,57 mg
Skrobia	157,09 mg
Sól	4904,97 mg
Mangan	4,51 mg
Miedź	1,96 mg
Cynk	9,48 mg
Żelazo	14,14 mg
Magnez	426,56 mg
Fosfor	1144,61 mg
Wapń	356,32 mg
Potas	6094,85 mg
Sód	1960,11 mg
Blonnik pokarmowy	35,15 g
Cukry proste	35,06 g
Węglowodany	378,88 g
Cholesterol	185,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,70 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,69 g
Tłuszcze nienasycone	49,25 g
Tłuszcze nasycone	13,14 g
Tłuszcze	68,01 g
Białka	84,67 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	→	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	kurczak w sosie, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kasza kuskus gotowana, Kompot	budyń *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Budyń w proszku - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 45g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2274,38 kCal
Witamina C	134,69 mg
Witamina B12	4,02 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,61 mg
Niacyna	17,91 mg
Witamina B2	2,39 mg
Witamina B1	1,21 mg
Witamina E	10,92 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,69 mg
Skrobia	150,16 mg
Sól	6095,16 mg
Mangan	3,17 mg
Miedź	1,55 mg
Cynk	11,02 mg
Żelazo	13,82 mg
Magnez	359,88 mg
Fosfor	1589,73 mg
Wapń	1185,16 mg
Potas	4941,65 mg
Sód	2520,78 mg
Błonnik pokarmowy	28,15 g
Cukry proste	22,56 g
Węglowodany	365,69 g
Cholesterol	461,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,67 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,72 g
Tłuszcze nienasycone	43,69 g
Tłuszcze nasycone	24,69 g
Tłuszcze	74,94 g
Białka	125,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	kurczak w sosie, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kasza kuskus gotowana, Kompot	budyń *(mle)	szynka biała *(glu, gor), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Marchew - 280g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Boćwina - 40g, Kasza kuskus gotowana *(glu) - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Budyń w proszku - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2090,33 kCal
Witamina C	110,61 mg
Witamina B12	3,44 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,48 mg
Niacyna	17,04 mg
Witamina B2	2,15 mg
Witamina B1	1,15 mg
Witamina E	9,55 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,42 mg
Skrobia	143,32 mg
Sól	5723,66 mg
Mangan	3,17 mg
Miedź	1,48 mg
Cynk	9,98 mg
Żelazo	12,13 mg
Magnez	350,43 mg
Fosfor	1475,08 mg
Wapń	1166,21 mg
Potas	4701,55 mg
Sód	2372,43 mg
Błonnik pokarmowy	28,64 g
Cukry proste	21,44 g
Węglowodany	338,33 g
Cholesterol	299,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,66 g
Tłuszcze nienasycone	41,02 g
Tłuszcze nasycone	23,28 g
Tłuszcze	70,11 g
Białka	118,39 g