

JADŁOSPIS SOBOTA 04.07.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, polędwica dębowa 40g, ser mozzarella 40g, banan 1 sztuka (1,6,7)		Zupa szpinakowa z ryżem 400ml, zrazik 150g, w sosie pomidorowym 100g, fasolka szparagowa 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,6,7,9,10,11) Dodatek onkologiczny: jogurt naturalny 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta twarogowa z rybą gotowaną 100g, burak gotowany 100g (1,4,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 3059,4 kcal Białko 142,3g Tłuszcze 112,6g Tłuszcze nasycone 39g Sól 6,4g Węglowodany 379,5g Cukry 53,3g Błonnik pokarmowy 22,7g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, polędwica dębowa 80g, banan 1 sztuka (1,6,7)		Zupa szpinakowa z ryżem 400ml, zrazik 150g, w sosie pomidorowym 100g, fasolka szparagowa 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,6,7,9,10,11)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta twarogowa z rybą gotowaną 80g, burak gotowany 100g (1,4,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 3022,4 kcal Białko 139,2g Tłuszcze 108,3g Tłuszcze nasycone 33,6g Sól 5,5g Węglowodany 383,7g Cukry 53,3g Błonnik pokarmowy 23,5g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, polędwica dębowa 40g, ser mozzarella 40g, nektaryna 1 sztuka (1,6,7)	Graham 60g, masło 10g, luksusowa 60g, papryka 100g (1,6,7,9)	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 400ml, zrazik 150g, w sosie pomidorowym 100g, fasolka szparagowa 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,6,7,9,10,11)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta twarogowa z rybą gotowaną 100g, pomidor 100g (1,4,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2899,1kcal Białko 163,3g Tłuszcze 114,5g Tłuszcze nasycone 41,5g Sól 7,6g Węglowodany 324,9g Cukry 25,6g Błonnik pokarmowy 41,1g
Dieta wegetariańska WE	Kawa zbożowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser mozzarella 80g, banan 1 sztuka (1,7)		Zupa szpinakowa z ryżem 400ml, jajko sadzone 2 sztuk, fasolka szparagowa 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta twarogowa z rybą gotowaną 100g, burak gotowany 100g (1,4,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2793,3kcal Białko 122,6g Tłuszcze 100,6g Tłuszcze nasycone 41,5g Sól 7g Węglowodany 346,9g Cukry 53,3g Błonnik pokarmowy 21,5g
Dieta bezglutenowa GL	herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, polędwica dębowa 40g, ser mozzarella 40g, kiwi 1 sztuka (6,7)		Zupa szpinakowa z ryżem 400ml, schab gotowany 150g, w sosie pomidorowym bezglutenowy 100g, fasolka szparagowa 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (3,6,7,9,10,11)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta twarogowa z rybą gotowaną 100g, burak gotowany 100g (4,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2894 kcal Białko 125,6g Tłuszcze 110,8g Tłuszcze nasycone 35,1g Sól 6,1g Węglowodany 278,4g Cukry 48,6g Błonnik pokarmowy 15,8g

JADŁOSPIS NIEDZIELA 05.07.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z sera żółtego i papryki 120g, sałata 3 liście (1,3,7)		Zupa rosół z makronem 400ml, udko z kurczaka 150g, sos 100g, surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,9) Dodatek onkologiczny: sok owocowy 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, polędwica sopocka 80g, arbuz 100g (1,6,7)	Paluszki z sezamem	Energia 2932 kcal Białko 126,7g Tłuszcze 107,7g Tłuszcze nasycone 30g Sól 7,6g Węglowodany 374,1g Cukry 39g Błonnik pokarmowy 30,1g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, kurczak gotowany 80g, sałata 3 liście (1,7)		Zupa rosół z makronem 400ml, udko z kurczaka 150g, sos 100g, bukiet królewski 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, polędwica sopocka 80g, arbuz 100g (1,6,7)	Paluszki z sezamem	Energia 2568,9 kcal Białko 114,8g Tłuszcze 80,6g Tłuszcze nasycone 29,4g Sól 8g Węglowodany 343,6g Cukry 31,8g Błonnik pokarmowy 21,6g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, kurczak gotowany 80g, sałata 3 liście (1,7)	Graham 60g, masło 10g, hummus 60g, roszponka 5g (1,7)	Zupa rosół z makronem razowym 400ml, udko z kurczaka 150g, surówka z kapusty czerwonej 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, polędwica sopocka 80g, arbuz 100g (1,6,7)	Paluszki z sezamem	Energia 2473,8kcal Białko 114,9g Tłuszcze 86,8g Tłuszcze nasycone 34,5g Sól 8,6g Węglowodany 321,1g Cukry 9,5g Błonnik pokarmowy 42,6g
Dieta wegetariańska WE	Kawa zbożowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z sera żółtego i papryki 120g, sałata 3 liście (1,3,7)		Zupa rosół z makronem 400ml, kotlet sojowy panierowany 150g, surówka z kapusty czerwonej 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,6,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z fasoli 100g, arbuz 100g (1,7)	Paluszki z sezamem	Energia 2679,9kcal Białko 122g Tłuszcze 67g Tłuszcze nasycone 28g Sól 4,9g Węglowodany 397,2g Cukry 31,8g Błonnik pokarmowy 47,4g
Dieta bezglutenowa GL	herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta z sera żółtego i papryki 120g, sałata 3 liście (3,7)		Zupa rosół z makronem 400ml, udko z kurczaka 150g, surówka z kapusty czerwonej 50g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, polędwica sopocka 80g, arbuz 100g (7,6)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka	Energia 2402,9kcal Białko 71,8g Tłuszcze 91,9g Tłuszcze nasycone 32,4g Sól 7,3g Węglowodany 244,1g Cukry 35,9g Błonnik pokarmowy 18,7g

JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 06.07.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kasza manna na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta warzywna z ciecierzycą 80g, ogórek kiszony 100g (1,6,7,10,11)		Zupa ziemniaczana 400ml, leczo z mięsem, kielbasą i warzywami 250g, ryż 200g, brokuł 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) Dodatek onkologiczny: serek wiejski 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 40g, jajko 1 sztuka, rzodkiewka 5 sztuk (1,7)	Jabłko 1 sztuka jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2438,2kcal Białko 86,9g Tłuszcze 75,8g Tłuszcze nasycone 23,3g Sól 8,8g Węglowodany 351,8g Cukry 50,5g Błonnik pokarmowy 24,3g
Łatwostrawna D02	Kasza manna na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasztet sojowy 80g, pomidor 100g (1,6,7,10)		Zupa ziemniaczana 400ml, leczo z mięsem, kielbasą i warzywami 250g, ryż 200g, brokuł 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 40g, jajko 1 sztuka, sałata 3 liście (1,6,7)	Jabłko 1 sztuka jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2499,2kcal Białko 86,8g Tłuszcze 77,2g Tłuszcze nasycone 22,6g Sól 6g Węglowodany 353,3g Cukry 48,9g Błonnik pokarmowy 25,3g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta warzywna z ciecierzycą 80g, ogórek kiszony 100g (1,6,7,10,11)	Graham 60g, masło 10g, ser mozzarella 60g, pomidor 100g (1,7)	Zupa ziemniaczana 400ml, mięso wieprzowe duszone 150g, surówka z pora i jabłka 150g, ryż brązowy 200g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9,10)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 40g, jajko 1 sztuka, rzodkiewka 5 sztuk (1,6,7)	Jabłko 1 sztuka jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2823,4kcal Białko 140,7g Tłuszcze 102,4g Tłuszcze nasycone 31,3g Sól 9,5g Węglowodany 348,6g Cukry 44,2g Błonnik pokarmowy 42,4g
Dieta wegetariańska WE	Kasza manna na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta warzywna z ciecierzycą 80g ogórek kiszony 100g (1,6,7)		Zupa ziemniaczana 400ml, leczo w wersji wege 250g, ryż 200g, brokuł 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, jajko 2 sztuki, rzodkiewka 5 sztuk (1,3,6,7)	Jabłko 1 sztuka jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2544,6kcal Białko 83,2g Tłuszcze 74,8g Tłuszcze nasycone 23,2g Sól 6,7g Węglowodany 387,7g Cukry 49,7g Błonnik pokarmowy 34g
Dieta bezglutenowa GL	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta warzywna z tofu 75g, ogórek kiszony 100g (7)		Zupa ziemniaczana 400ml, leczo z mięsem i warzywami bezglutenowe 250g, ryż 200g, brokuł 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 40g, jajko 1 sztuka, rzodkiewka 5 sztuk (3,6,7)	Jabłko 1 sztuka jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2493,6kcal Białko 61,6g Tłuszcze 88,1g Tłuszcze nasycone 23,6g Sól 9g Węglowodany 282,7g Cukry 50,5g Błonnik pokarmowy 19,9g

JADŁOSPIS WTOREK 07.07.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser biały 80g, dżem 25g, papryka 100g (1,7)		Zupa pomidorowa z makaronem 400ml, filet z kurczaka duszony 150g, sos 100g, marchew gotowana 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) Dodatek onkologiczny: mus owsianka z wiśnią i kakao 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 80g, burak gotowany 100g (1,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka, słonecznik 20g	Energia 2980,7kcal Białko 121,6g Tłuszcze 104g Tłuszcze nasycone 25,4g Sól 4,4g Węglowodany 397,2g Cukry 44,5g Błonnik pokarmowy 23,1g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, ser biały 80g, dżem 25g, sałata 3 liście (1,7)		Zupa pomidorowa z makaronem 400ml, filet z kurczaka duszony 150g, sos 100g, marchew gotowana 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 80g, burak gotowany 100g (1,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka, słonecznik 20g	Energia 3008,7kcal Białko 124,9g Tłuszcze 110,8g Tłuszcze nasycone 30,4g Sól 4,4g Węglowodany 396g Cukry 41,7g Błonnik pokarmowy 21,4g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, ser biały 80g, papryka 100g (1,7)	Graham 60g, masło 10g, wędlina drobiowa 60g, pomidor 100g (1,7)	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 400ml, filet z kurczaka duszony 150g, sałata z jogurtem 150g, ziemniaki 200g, kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 80g, ogórek zielony 100g (1,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka, słonecznik 20g	Energia 3055,5kcal Białko 143,5g Tłuszcze 128,2g Tłuszcze nasycone 35,3g Sól 5,9g Węglowodany 357,6g Cukry 20g Błonnik pokarmowy 26,5g
Dieta wegetariańska WE	Kawa na mleku 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser biały 80g, dżem 25g, papryka 100g (1,6,7)		Zupa pomidorowa z makaronem 400ml, kotlet sojowy 150g, marchew gotowana 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, hummus 80g, burak gotowany 100g (1,6,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka, słonecznik 20g (7)	Energia 2858,8kcal Białko 131,5g Tłuszcze 75,6g Tłuszcze nasycone 24,9g Sól 4g Węglowodany 417,5g Cukry 44,5g Błonnik pokarmowy 44,1g
Dieta bezglutenowa GL	Herbata 250ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, ser biały 80g, dżem 25g, papryka 100g(7)		Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 400ml, filet z kurczaka duszony 150g, sos bezglutenowy 100g, marchew gotowana 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 80g, burak gotowany 100g (7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka, słonecznik 20g	Energia 2643,4kcal Białko 106,4g Tłuszcze 82,2g Tłuszcze nasycone 23,3g Sól 4,5g Węglowodany 389,5g Cukry 41,6g Błonnik pokarmowy 17,6g

JADŁOSPIS ŚRODA 08.07.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser żółty 80g, banan 1 sztuka (1,7)		Zupa gulaszowa 400ml, pierogi leniwe 300g, fasolka szparagowa z bułką tartą 150g kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9) Dodatek onkologiczny: jogurt owocowy 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, hummus 80g, ogórek kiszony 100g(1,4,7)	nektaryna 1 sztuka, kefir 1 sztuka (7)	Energia 3038,2kcal Białko 126g Tłuszcze 87,4g Tłuszcze nasycone 38,8g Sól 5g Węglowodany 434,9g Cukry 56,4g Błonnik pokarmowy 27,3g
Łatwostrawna D02	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, ser biały 80g, banan 1 sztuka (1,6,7,10)		Zupa gulaszowa 400ml, pierogi leniwe 300g, fasolka szparagowa z bułką tartą 150g kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, jajko 1 sztuka, polędwica drobiowa 40g, pomidor 100g (1,4,7)	nektaryna 1 sztuka, kefir 1 sztuka (7)	Energia 2892,4kcal Białko 121g Tłuszcze 77,7g Tłuszcze nasycone 38g Sól 4,1g Węglowodany 427,5g Cukry 56,9g Błonnik pokarmowy 25,3g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, ser żółty 80g, jabłko 1 sztuka (1,7)	Graham 60g, masło 10g, jajko 1 sztuka, pomidor 100g (1,3,7)	Zupa gulaszowa 400ml, makaron pełnoziarnisty z serem białym 300g, sos jogurtowo-truskawkowy 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, hummus 80g, ogórek kiszony 100g (1,4,7)	nektaryna 1 sztuka, kefir 1 sztuka (7)	Energia 2971,1kcal Białko 157,2g Tłuszcze 96,9g Tłuszcze nasycone 35,6g Sól 5,7g Węglowodany 369,7g Cukry 43,2g Błonnik pokarmowy 39,1g
Dieta wegetariańska WE	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser żółty 80g, banan 1 sztuka (1,6,7)		Zupa ziemniaczana 400ml, pierogi leniwe 300g, fasolka szparagowa z bułką tartą 150g kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, hummus 80g, ogórek kiszony 100g(1,6,7)	nektaryna 1 sztuka, kefir 1 sztuka (7)	Energia 3057kcal Białko 127g Tłuszcze 88,6g Tłuszcze nasycone 44,2g Sól 5,9g Węglowodany 435g Cukry 56,5g Błonnik pokarmowy 27,3g
Dieta bezglutenowa GL	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, ser żółty 80g, banan 1 sztuka (1,6,7)		Zupa gulaszowa bez glutenowa 400ml, pierogi leniwe 300g, fasolka szparagowa 150g kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, hummus 80g, ogórek kiszony 100g (7)	nektaryna 1 sztuka, kefir 1 sztuka (7)	Energia 2974kcal Białko 124,9g Tłuszcze 96,9g Tłuszcze nasycone 27,7g Sól 5,1g Węglowodany 316,2g Cukry 56,4g Błonnik pokarmowy 21,5g

JADŁOSPIS CZWARTEK 09.07.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta twarogowo-pomidorowa 80g, ogórek kiszony 100g (7)		Zupa jarzynowa z kasza kukurydzianą 400ml, kotlet mielony 150g, surówka z kapusty pekińskiej 150, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) Dodatek onkologiczny: serek wiejski 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 80g, roszponka 5g, morela (6,7)	Sok warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2697,1kcal Białko 146,7g Tłuszcze 84,8g Tłuszcze nasycone 32,7g Sól 6,1g Węglowodany 343,6g Cukry 45,6g Błonnik pokarmowy 20,6g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta twarogowo-pomidorowa 80g, burak gotowany 100g (1,7,9)		Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 400ml, pulpet gotowany 150g, sos 100g, bukiet jarzyn 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 80g, roszponka 5g, morela (1,6,7)	Sok warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2848,7kcal Białko 147,2g Tłuszcze 99,8g Tłuszcze nasycone 33,7g Sól 6,1g Węglowodany 345,5g Cukry 45,6g Błonnik pokarmowy 18,5g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta twarogowo-pomidorowa 80g, ogórek kiszony 100g (1,7,9)	Graham 60g, masło 10g, ser mozzarella 60g, pomidor 100g	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 400ml, kotlet mielony 150g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 80g, roszponka 5g, morela (1,6,7,10)	Sok warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2415kcal Białko 138,9g Tłuszcze 77,5g Tłuszcze nasycone 31,1g Sól 6,1g Węglowodany 305,1g Cukry 42,4g Błonnik pokarmowy 34,1g
Dieta wegetariańska WE	Kawa na mleku 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta twarogowo-pomidorowa 80g, ogórek kiszony 100g (1,7,9)		Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 400ml, kotlet ryżowy 5 sztuk, bukiet jarzyn 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z zielonego groszku 80g, roszponka 5g, morela (1,6,7,10)	Sok warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2578,1kcal Białko 101,6g Tłuszcze 85,7g Tłuszcze nasycone 36g Sól 4,4g Węglowodany 357,6g Cukry 51,8g Błonnik pokarmowy 25,2g
Dieta bezglutenowa GL	Herbata 250ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta twarogowo-pomidorowa 80g, ogórek kiszony 100g (1,7,9)		Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 400ml, schab gotowany 150g, surówka z kapusty pekińskiej 150, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 80g, roszponka 5g, morela (1,7,6)	Sok warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2748,1kcal Białko 121,3g Tłuszcze 97,1g Tłuszcze nasycone 33g Sól 6,3g Węglowodany 273,7g Cukry 45,6g Błonnik pokarmowy 16,1g

JADŁOSPIS PIĄTEK 10.07.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Płatki owsiane na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, jajko 2 sztuki, pomidor 100g (3,7)		Zupa ogórkowa z ryżem 400ml, ryba gotowana 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (4,7,9) Dodatek onkologiczny: ciasto kokosowe 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, twarożek z ziołami 80g, rzodkiewka tarta 100g (7)	Mix orzechów 1 sztuka, jabłko 1 sztuka (5,8)	Energia 2733,8kcal Białko 114,2g Tłuszcze 85,6g Tłuszcze nasycone 28,7g Sól 8,1g Węglowodany 381,6g Cukry 35,5g Błonnik pokarmowy 25,7g
Łatwostrawna D02	Płatki owsiane na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, jajko 2 sztuki, pomidor 100g (1,3,7)		Zupa ryżowa 400ml, ryba gotowana 150g, bukiet jarzyn 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,4,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, twarożek z ziołami 80g, rzodkiewka tarta 100g (1,7)	Mix orzechów 1 sztuka, jabłko 1 sztuka (7)	Energia 2760,8kcal Białko 112,4g Tłuszcze 84,2g Tłuszcze nasycone 28,4g Sól 8,1g Węglowodany 392,4g Cukry 47,1g Błonnik pokarmowy 24,7g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, jajko 2 sztuki, pomidor 100g (1,6,7)	Graham 60g, masło 10g, paszтет sojowy 60g ogórek zielony 100g	Zupa ogórkowa z ryżem 400ml, ryba gotowana 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, twarożek z ziołami 80g, rzodkiewka tarta 100g (1,6,10)	Mix orzechów 1 sztuka, jabłko 1 sztuka (7)	Energia 2671,3kcal Białko 115,6g Tłuszcze 85,8g Tłuszcze nasycone 32,7g Sól 7,6g Węglowodany 364g Cukry 35,5g Błonnik pokarmowy 40,3g
Dieta wegetariańska WE	Płatki owsiane na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, jajko 2 sztuki, pomidor 100g (1,6,7)		Zupa ogórkowa z ryżem 400ml, ryba gotowana 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, twarożek z ziołami 80g, rzodkiewka tarta 100g (1,6,10)	Mix orzechów 1 sztuka, jabłko 1 sztuka (7)	Energia 2733,8kcal Białko 114,2g Tłuszcze 85,6g Tłuszcze nasycone 28,7g Sól 8,1g Węglowodany 381,6g Cukry 35,5g Błonnik pokarmowy 25,7g
Dieta bezglutenowa GL	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, jajko 2 sztuki, pomidor 100g (1,3,7)		Zupa ogórkowa z ryżem 400ml, ryba gotowany 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,4,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, twarożek z ziołami 80g, rzodkiewka tarta 100g (1,7)	Mix orzechów 1 sztuka, jabłko 1 sztuka (7)	Energia 2576,6kcal Białko 90,9g Tłuszcze 79,8g Tłuszcze nasycone 27,5g Sól 7,3g Węglowodany 300g Cukry 35,5g Błonnik pokarmowy 20,4g

JADŁOSPIS SOBOTA 11.07.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, schab zapiekany 40g, ser mozzarella 40g, banan (6,7)		Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, kaszotto z mięsem i warzywami 300g, sos koperkowy 100g, fasolka szparagowa 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) Dodatek onkologiczny: jogurt naturalny 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, szynka Gazdy 80g, burak gotowany 100g (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2760,9kcal Białko 119,6g Tłuszcze 104,5g Tłuszcze nasycone 25,9g Sól 4,9g Węglowodany 340,3g Cukry 52,8g Błonnik pokarmowy 20,9g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, schab zapiekany 80g, banan (1,6,7)		Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, kaszotto z mięsem i warzywami 300g, sos koperkowy 100g, fasolka szparagowa 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, szynka Gazdy 80g, burak gotowany 100g (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2724,6kcal Białko 115,4g Tłuszcze 102,3g Tłuszcze nasycone 25,9g Sól 4,9g Węglowodany 340,9g Cukry 52,8g Błonnik pokarmowy 20,9g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalności węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, schab zapiekany 40g, ser mozzarella 40g, sok jabłko-marchew (1,6,7)	Graham 60g, masło 10g, filet zapiekany 60g, papryka 100g	Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, kaszotto z kaszy pęczak z mięsem i warzywami 300g, dip jogurtowy z koperkiem 100g, fasolka szparagowa 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,5,7,8,9,10)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, szynka Gazdy 80g, burak gotowany 100g (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 3069,5kcal Białko 150,7g Tłuszcze 137,2g Tłuszcze nasycone 37,3g Sól 6,9g Węglowodany 324g Cukry 45,6g Błonnik pokarmowy 41,7g
Dieta wegetariańska WE	Kawa zbożowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser mozzarella 80g, banan (1,6,7)		Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, kaszotto w wersji wege 300g, sos koperkowy 100g, fasolka szparagowa 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasztet sojowy z pomidorami 80g, burak gotowany 100g (1,6,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2726,5kcal Białko 95,9g Tłuszcze 100,2g Tłuszcze nasycone 25,7g Sól 5g Węglowodany 354,4g Cukry 59g Błonnik pokarmowy 25g
Dieta bezglutenowa GL	herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, schab zapiekany 40g, ser mozzarella 40g, banan (1,6,7)		Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, kaszotto z kaszy gryczanej z mięsem i warzywami 300g, sos koperkowy 100g, fasolka szparagowa 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, szynka Gazdy 80g 80g, burak gotowany 100g (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2811,9kcal Białko 94,2g Tłuszcze 116,8g Tłuszcze nasycone 26,2g Sól 5,1g Węglowodany 270,4g Cukry 52,8g Błonnik pokarmowy 16,4g

JADŁOSPIS NIEDZIELA 12.07.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser biały 80g, miód 25g, sałata 3 liście, jabłko (1,7)		Zupa rosół z makronem 400ml, schab panierowany 150g, surówka z kapusty białej 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,9) Dodatek onkologiczny: sok owocowy 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, polędwica Jana 80g, papryka 100g (1,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka	Energia 2762,7kcal Białko 114,7g Tłuszcze 95,9g Tłuszcze nasycone 28,5g Sól 6,1g Węglowodany 367g Cukry 54,1g Błonnik pokarmowy 24,2g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, ser biały 80g, miód 25g, sałata 3 liście, jabłko (1,7)		Zupa rosół z makronem 400ml, schab duszony 150g, sos 100ml, bukiet królewski 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, polędwica Jana 80g, cukinia blanszowana 100g (1,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka	Energia 2644,3kcal Białko 132,5g Tłuszcze 86g Tłuszcze nasycone 28,4g Sól 5,8g Węglowodany 343,4g Cukry 51,1g Błonnik pokarmowy 19,9g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, ser biały 80g, sałata 3 liście, jabłko (1,3,6,7,12)	Graham 60g, masło 10g, szynka gotowana 60g, roszponka 5g	Zupa rosół z makronem razowym 400ml, schab duszony 150g, surówka z kapusty białej 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, polędwica Jana 80g, papryka 100g (1,6,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka	Energia 2762,7kcal Białko 114,7g Tłuszcze 95,9g Tłuszcze nasycone 28,5g Sól 6,1g Węglowodany 367g Cukry 54,1g Błonnik pokarmowy 24,2g
Dieta wegetariańska WE	Kawa zbożowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser biały 80g, miód 25g, sałata 3 liście, jabłko (1,3,6,7,12)		Zupa rosół z makronem 400ml, kotlet sojowy panierowany 150g, surówka z kapusty białej 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, hummus 80g, papryka 100g (1,6,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka	Energia 2683,4kcal Białko 126,4g Tłuszcze 73,5g Tłuszcze nasycone 25g Sól 3,9g Węglowodany 379,2g Cukry 54,1g Błonnik pokarmowy 44,7g
Dieta bezglutenowa GL	herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, ser biały 80g, miód 25g, sałata 3 liście, jabłko (7)		Zupa rosół z makronem 400ml, schab duszony 150g, sos bezglutenowy 100ml, surówka z kapusty białej 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, polędwica Jana 80g, papryka 100g (7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka	Energia 2626,5kcal Białko 103,7g Tłuszcze 96,3g Tłuszcze nasycone 28,5g Sól 6g Węglowodany 265,7g Cukry 54,1g Błonnik pokarmowy 17,9g

JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 13.07.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Ryż na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta drobiowo- jarzynowa 120g, burak gotowany 100g (1,6,7,10,11)		Zupa krupnik z ziemniakami 400ml, łazanki z mięsem i kiebasą 350g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) Dodatek onkologiczny: serek wiejski 1 sztuka	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 40g, jajko 1 sztuka, rzodkiewka 100g (1,7)	Jabłko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2688,9kcal Białko 109g Tłuszcze 79,8g Tłuszcze nasycone 23,6g Sól 7,6g Węglowodany 327,3g Cukry 48,1g Błonnik pokarmowy 23,1g
Łatwostrawna D02	Ryż na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta drobiowo-jarzynowa 120g, burak gotowany 100g (1,6,7,10)		Zupa krupnik z ziemniakami 400ml, pałki z kurczaka 2 sztuki, surówka z marchewki i jabłka 150g, ziemniaki 300g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 40g, jajko 1 sztuka, rzodkiewka tarta 100g (1,6,7)	Jabłko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 3030,6kcal Białko 155,3g Tłuszcze 88,7g Tłuszcze nasycone 23,5g Sól 5,4g Węglowodany 399,5g Cukry 55,5g Błonnik pokarmowy 29,1g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta drobiowo- jarzynowa 120g, ogórek kiszony 100g (1,6,7,10,11)	Graham 60g, masło 10g, ser mozzarella 60g, pomidor 100g (1,7)	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml, pałki z kurczaka 2 sztuki, surówka z marchewki i jabłka 150g, ziemniaki 300g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 40g, jajko 1 sztuka, rzodkiewka tarta 100g (1,7)	jabłko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 3100,5kcal Białko 165,6g Tłuszcze 107,1g Tłuszcze nasycone 39,3g Sól 7,7g Węglowodany 373,3g Cukry 45,5g Błonnik pokarmowy 44,5g
Dieta wegetariańska WE	Ryż na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta warzywna tofu 120g, burak gotowany 100g (1,6,7)		Zupa krupnik z ziemniakami 400ml, łazanki w wersji wege 350g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, jajko 2 sztuki, rzodkiewka tarta 100g (1,3,6,7)	Jabłko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2391,6kcal Białko 79,2g Tłuszcze 51,4g Tłuszcze nasycone 22,9g Sól 6,7g Węglowodany 403,6g Cukry 54,3g Błonnik pokarmowy 30,6g
Dieta bezglutenowa GL	Ryż na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta drobiowo-jarzynowa 120g, burak gotowany 100g (,6,7,10,11)		Zupa krupnik z kaszą gryczaną z ziemniakami 400ml, pałka z kurczaka 2 sztuki, surówka z marchewki i jabłka 150g, ziemniaki 300g, kompot jabłkowy 250ml (7,9)	Herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 40g, jajko 1 sztuka, rzodkiewka tarta 100g (6,7)	jabłko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2615,7kcal Białko 83,2g Tłuszcze 90,4g Tłuszcze nasycone 22,3g Sól 8,7g Węglowodany 234,9g Cukry 47,2g Błonnik pokarmowy 16,5g

Alergeny: 1- zboża zawierające gluten i ich pochodne, 2- skorupiaki i produkty pochodne, 3-jaja i produkty pochodne, 4-ryby i produkty pochodne, 5- orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, 6-soja i produkty pochodne, 7-mleko i produkty pochodne, 8- orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, nerkowce, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamia i ich pochodne, 9-seler zwyczajny i produkty pochodne, 10- gorczyca i produkty pochodne, 11- nasiona sezamu i produkty pochodne, 12- dwutlenek siarki i siarczany w stężeniu powyżej 10mg/kg lub 10mg/l w przeliczeniu na SO₂, 13 – łubin i produkty pochodne, 14- mięczaki i produkty pochodne.

Różnica wartości w jadłospisie 5%-10%.

Jadłospis może ulec zmianie. Przepraszamy.

Opracowała dietetyk kliniczny