

JADŁOSPIS NIEDZIELA 23.08.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, polędwica sopocka 80g, sałata 3 liście, jabłko (1,7)		Zupa rosół z makronem 400ml, kotlet schabowy panierowany smażyony 150g, surówka z białej kapusty 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,9) Dodatek onkologiczny: sok owocowy 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, filet zapiekany 80g, ogórek zielony 100g (1,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2782,9kcal Białko 111,7g Tłuszcze 100,7g Tłuszcze nasycone 27,9g Sól 5,3g Węglowodany 360,6g Cukry 34,8g Błonnik pokarmowy 29,9g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, polędwica sopocka 80g, sałata 3 liście, jabłko (1,7)		Zupa rosół z makronem 400ml, kotlet schabowy gotowany 150g, bukiet królewski 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, filet zapiekany 80g, ogórek zielony 100g (1,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2559 kcal Białko 128,9g Tłuszcze 80,5g Tłuszcze nasycone 27,1g Sól 5g Węglowodany 333g Cukry 31,8g Błonnik pokarmowy 21,2g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, polędwica sopocka 80g, sałata 3 liście, jabłko(1,7)	Graham 60g, masło 10g, szynka drobiowa 60g, roszponka 5g	Zupa rosół z makronem razowym 400ml, kotlet schabowy gotowany 150g, surówka z białej kapusty 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, filet zapiekany 80g, ogórek zielony 100g (1,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2652,6kcal Białko 135g Tłuszcze 98,4g Tłuszcze nasycone 33,6g Sól 6,4g Węglowodany 321,3g Cukry 4,8g Błonnik pokarmowy 31,5g
Dieta wegetariańska WE	Kawa zbożowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, hummus 80g, sałata 3 liście, jabłko (1,3,6,7,12)		Zupa rosół z makronem 400ml, kotlet sojowy panierowany 150g, surówka z białej kapusty 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta warzywna 80g, ogórek zielony 100g (1,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2566,1kcal Białko 98g Tłuszcze 79g Tłuszcze nasycone 25,4g Sól 4,4g Węglowodany 363,1g Cukry 34,8g Błonnik pokarmowy 42,6g
Dieta bezglutenowa GL	herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, polędwica sopocka 80g, sałata 3 liście, jabłko (7)		Zupa rosół z makronem 400ml, kotlet schabowy gotowany 150g, surówka z białej kapusty 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (3,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, filet zapiekany 80g, ogórek zielony 100g (1,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2607,3 kcal Białko 91,1g Tłuszcze 96,6g Tłuszcze nasycone 25,8g Sól 5,2g Węglowodany 266,4g Cukry 37,1g Błonnik pokarmowy 18,4g

JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 24.08.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Ryż na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta drobiowa z warzywami 120g, ogórek kiszony 100g (1,7,9)		Zupa grochowa 400ml, makaron spaghetti 200g, sos boloński 200g, kalafior gotowany 150g kompot jabłkowy 250ml (1,3,6,7,9,10,11) Dodatek onkologiczny: serek wiejski 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, kminkowa 80g, pomidor 100g (1,6)	Ciastko kokosowe 1 sztuka, morela 1 sztuka	Energia 2834,8 kcal Białko 115,7g Tłuszcze 89,5g Tłuszcze nasycone 23,7g Sól 7,8g Węglowodany 405,6g Cukry 33,6g Błonnik pokarmowy 32g
Łatwostrawna D02	Ryż na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta drobiowa z warzywami 120g, cukinia blanszowana 100g (1,7,9)		Zupa ziemniaczana 400ml, makaron spaghetti 200g, sos boloński 200g, kalafior gotowany 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,6,7,9,10,11)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 80g, pomidor 100g (1,7)	Ciastko kokosowe 1 sztuka, morela 1 sztuka	Energia 2800,1 kcal Białko 105,1g Tłuszcze 100g Tłuszcze nasycone 25,3g Sól 5,8g Węglowodany 380,4g Cukry 36,2g Błonnik pokarmowy 26,7g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta drobiowa z warzywami 120g, ogórek kiszony 100g (1,7,9)	Graham 60g, masło 10g, ser żółty 60g, rukola 5g (1,7)	Zupa grochowa 400ml, makaron spaghetti razowy 200g, sos boloński 200g, surówka z selera 150g kompot jabłkowy 250ml (1,3,6,7,9,10,11)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, kiełbasa kminkowa 80g, pomidor 100g (1,6,7)	Ciastko kokosowe 1 sztuka, morela 1 sztuka	Energia 2888,7kcal Białko 138,8g Tłuszcze 98,3g Tłuszcze nasycone 36,5g Sól 9,7g Węglowodany 381,7g Cukry 4,9g Błonnik pokarmowy 49,6g
Dieta wegetariańska WE	Ryż na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta warzywna z groszkiem zielonym 120g, ogórek kiszony 100g (1,3,7,9,10)		Zupa grochowa 400ml, makaron spaghetti 200g, sos boloński w wersji wege 200g, kalafior gotowany 150g kompot jabłkowy 250ml (1,3,6,7,9,10,11)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser biały 80g, pomidor 100g (1,7)	Ciastko kokosowe 1 sztuka, morela 1 sztuka	Energia 2914,9kcal Białko 101,3g Tłuszcze 85,4g Tłuszcze nasycone 24,2g Sól 5,7g Węglowodany 440g Cukry 35,8g Błonnik pokarmowy 34,9g
Dieta bezglutenowa GL	Ryż na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta drobiowa z warzywami 120g, ogórek kiszony 100g (7,9)		Zupa grochowa 400ml, makaron bezglutenowy 200g, sos boloński bezglutenowy 200g, kalafior gotowany 150g, kompot jabłkowy 250ml (3,6,7,9,10,11)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, kiełbasa kminkowa 80g, pomidor 100g (7,6)	Ciastko kokosowe 1 sztuka, morela 1 sztuka	Energia 2 868,6kcal Białko 84,1g Tłuszcze 102,7g Tłuszcze nasycone 23,9g Sól 8,5g Węglowodany 334,9g Cukry 33,6g Błonnik pokarmowy 25,7g

JADŁOSPIS WTOREK 25.08.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, twarożek z koperkiem 80g, burak gotowany 100g (1,7)		Zupa grysikowa 400ml, pieczeń rzymska 150g, marchew gotowana 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9) Dodatek onkologiczny: mus owsianka z wiśnią i kakao 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, szynka gotowana extra 80g, ogórek kiszony 100g (1,6,10)	Sok pomidorowy 1 sztuka, słonecznik 20g	Energia 2781,4kcal Białko 117g Tłuszcze 90g Tłuszcze nasycone 28,7g Sól 10g Węglowodany 383,8g Cukry 40,6g Błonnik pokarmowy 28,3g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, twarożek z koperkiem 80g, burak gotowany 100g (1,7)		Zupa grysikowa 400ml, pieczeń rzymska 150g, marchew gotowana 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, szynka gotowana extra 80g, pomidor 100g (1,6,7)	Sok pomidorowy 1 sztuka, słonecznik 20g	Energia 2793,8 kcal Białko 117,5g Tłuszcze 90,1 Tłuszcze nasycone 28,7g Sól 8,2g Węglowodany 386,3g Cukry 40,6g Błonnik pokarmowy 28,6g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, twarożek z koperkiem 80g, sałata 3 liście (1,7)	Graham 60g, masło 10g, wędlina krakowska drobiowa 60g, pomidor 100g (1,6,7)	Zupa grysikowa 400ml, filet drobiowy duszony 150g, surówka z marchewki 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, szynka gotowana extra 80g, ogórek kiszony 100g (1,6,7)	Sok pomidorowy 1 sztuka, słonecznik 20g	Energia 2451,5kcal Białko 136,9g Tłuszcze 77,3g Tłuszcze nasycone 30,2g Sól 9,5g Węglowodany 307,7g Cukry 8,5g Błonnik pokarmowy 39,1g
Dieta wegetariańska WE	Kawa na mleku 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, twarożek z koperkiem 80g, burak gotowany 100g (1,7)		Zupa grysikowa 400ml, kotlet warzywny 150g, marchew gotowana 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z makreli 80g, ogórek kiszony 100g (1,4,7,9,10)	Sok pomidorowy 1 sztuka, słonecznik 20g	Energia 2470,1kcal Białko 87,8g Tłuszcze 65,9g Tłuszcze nasycone 25,4g Sól 9,3g Węglowodany 375,4g Cukry 43,3g Błonnik pokarmowy 38,9g
Dieta bezglutenowa GL	Herbata 250ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, twarożek z koperkiem 80g, burak gotowany 100g (7)		Zupa z jarzynowa z kaszą kukurydzianą 400ml, filet z kurczaka duszony 150g, surówka z marchewki 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, szynka gotowana extra 80g, ogórek kiszony 100g (6,7)	Sok pomidorowy 1 sztuka, słonecznik 20g	Energia 2529,5 kcal Białko 102,2g Tłuszcze 86,2g Tłuszcze nasycone 24,7g Sól 8,5g Węglowodany 253,3g Cukry 34,4g Błonnik pokarmowy 19,1g

JADŁOSPIS ŚRODA 26.08.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z jaj 100g, papryka 100g (1,3,7)		Zupa barszcz ukraiński 400ml, potrawka drobiowa z warzywami 200g, kasza gryczana 200g, surówka wielowarzywna 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) Dodatek onkologiczny: serek homogenizowany 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, filet zapiekany 80g, sałata 3 liście(1,7)	Mix orzechów 1 sztuka, brzoskwinia 1 sztuka (5,8)	Energia 2950,2kcal Białko 116,6g Tłuszcze 91,5g Tłuszcze nasycone 28g Sól 6,5g Węglowodany 403,6g Cukry 63,7g Błonnik pokarmowy 33,3g
Łatwostrawna D02	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta z jaj 100g, cukinia blanszowana 100g (1,3,7)		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, potrawka drobiowa z warzywami 200g, kasza jęczmienna 200g, bukiet jarzyn 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, filet zapiekany 80g, sałata 3 liście (1,7)	Jogurt owocowy 1 sztuka, brzoskwinia 1 sztuka (7)	Energia 2595 kcal Białko 114,3g Tłuszcze 70,4g Tłuszcze nasycone 27,4g Sól 7,3g Węglowodany 378,4g Cukry 65,3g Błonnik pokarmowy 27,7g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta z jaj 100g, papryka 100g (1,3,7)	Graham 60g, masło 10g, polędwica sopocka 60g, pomidor 100g (1,6,7)	Zupa barszcz ukraiński 400ml, pałka z kurczaka 2 sztuki, kasza gryczana 200g, surówka wielowarzywna 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9))	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, filet zapiekany 80g, sałata 3 liście (1,7)	Mix orzechów 1 sztuka, brzoskwinia 1 sztuka (5,8)	Energia 3084,2kcal Białko 154,4g Tłuszcze 123,2g Tłuszcze nasycone 42,3g Sól 8,5g Węglowodany 341,2g Cukry 31,4g Błonnik pokarmowy 45,7g
Dieta wegetariańska WE	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z jaj 100g, papryka 100g (1,3,7)		Zupa barszcz ukraiński 400ml, potrawka warzywna z czerwoną fasolą 200g, kasza gryczana 200g, surówka wielowarzywna 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,6,7,9,10,11)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, hummus 80g, sałata 3 liście (1,7)	Mix orzechów 1 sztuka, brzoskwinia 1 sztuka (5,8)	Energia 3007,5kcal Białko 99g Tłuszcze 90,4g Tłuszcze nasycone 25,8g Sól 4,4g Węglowodany 443,7g Cukry 63g Błonnik pokarmowy 45,5g
Dieta bezglutenowa GL	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta z jaj 100g, papryka 100g (3,7)		Zupa barszcz ukraiński 400ml, potrawka drobiowa z warzywami 200g, kasza gryczana 200g, surówka wielowarzywna 150g, kompot jabłkowy 250ml (7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, filet zapiekany 80g, sałata 3 liście (7)	Mix orzechów 1 sztuka, brzoskwinia 1 sztuka (5,8)	Energia 2818,3 kcal Białko 84,4g Tłuszcze 102,9g Tłuszcze nasycone 27,9g Sól 6,7g Węglowodany 303,3g Cukry 59,2g Błonnik pokarmowy 27,2g

JADŁOSPIS CZWARTEK 27.08.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 80g, jabłko 1 sztuka (1,6,7)		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, ryż z jabłkiem 300g, sos jogurtowo-truskawkowy 100g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) Dodatek onkologiczny: owoc 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta twarogowo-szpinakowa 80g, sałata 3 liście, ogórek zielony 50g (1,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka, morela (7)	Energia 2622,1 kcal Białko 98,7g Tłuszcze 75,6g Tłuszcze nasycone 35,6g Sól 5,8g Węglowodany 389,6g Cukry 50,1g Błonnik pokarmowy 23,7g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 80g, jabłko 1 sztuka (1,6,7)		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, ryż z jabłkiem 300g, sos jogurtowo-truskawkowy 100g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta twarogowo-szpinakowa 80g, sałata 3 liście, ogórek zielony 50g(1,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka, morela (7)	Energia 2622,1kcal Białko 97,8g Tłuszcze 75,6g Tłuszcze nasycone 35,9g Sól 5,8g Węglowodany 389,6g Cukry 50,1g Błonnik pokarmowy 23,7g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 80g, jabłko 1 sztuka(1,6,7)	Graham 60g, masło 10g, tofu 60g, papryka 100g (1,6,7)	Zupa kalafiorowa 400ml, ryż brązowy z jabłkiem 300g, sos jogurtowo-truskawkowy 100gkompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta twarogowo-szpinakowa 80g, sałata 3 liście, ogórek zielony 50g (1,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka, morela(7)	Energia 2775kcal Białko 151,4g Tłuszcze 102,4g Tłuszcze nasycone 40,4g Sól 6,6g Węglowodany 334,3g Cukry 15g Błonnik pokarmowy 44,7g
Dieta wegetariańska WE	Kawa na mleku 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z zielonego groszku 80g, jabłko 1 sztuka (1,3,7,9,10)		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, ryż z jabłkiem 300g, sos jogurtowo-truskawkowy 100g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta twarogowo-szpinakowa 80g, sałata 3 liście, ogórek zielony 50g(1,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka, morela (7)	Energia 2768,2kcal Białko 96,4g Tłuszcze 78,2g Tłuszcze nasycone 36,4g Sól 3,9g Węglowodany 425,3g Cukry 50,1g Błonnik pokarmowy 33g
Dieta bezglutenowa GL	Herbata 250ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, polędwica wiśniowa 80g, jabłko 1 sztuka (6,7)		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, ryż z jabłkiem 300g, sos jogurtowo-truskawkowy 100g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta twarogowo-szpinakowa 80g, sałata 3 liście, ogórek zielony 50g (7)	Serek homogenizowany 1 sztuka, morela (7)	Energia 2488,2kcal Białko 66,1g Tłuszcze 85,2g Tłuszcze nasycone 34,5g Sól 5,8g Węglowodany 292,1g Cukry 50,1g Błonnik pokarmowy 17,6g

JADŁOSPIS PIĄTEK 28.08.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Płatki owsiane na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z ciecierzycy z buraczkami 100g, pomidor 100g (1,7)		Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, kotlet rybny smażony 150g, warzywa po grecku 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,4,7,9) Dodatek onkologiczny: sok warzywny 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z jaj z pietruszką 120g, ogórek kiszony 100g (1,3,7)	Kefir 150g (7)	Energia 3140,8 kcal Białko 116,8g Tłuszcze 111,6g Tłuszcze nasycone 28,6g Sól 5,3g Węglowodany 411,9g Cukry 38,4g Błonnik pokarmowy 42,2g
Łatwostrawna D02	Płatki owsiane na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, ser biały 80g,, burak gotowany 100g (1,7)		Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, pulpet rybny duszony 150g, warzywa po grecku 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,4,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta z jaj z pietruszką na jogurcie 120g, sałata 3 liście (1,3,7)	Kefir 150g (7)	Energia 2805,4 kcal Białko 106,9g Tłuszcze 87,3g Tłuszcze nasycone 27,2g Sól 5,2g Węglowodany 393,3g Cukry 39,3g Błonnik pokarmowy 38,2g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta z ciecierzycy z burakiem 100g, pomidor 100g (1,7)	Graham 60g, masło 10g, ser biały 50g ogórek zielony 100g (1,7)	Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, filet rybny duszony 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,4,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta jajeczna 120g, ogórek kiszony 100g (1,3,7)	Kefir 150g (7)	Energia 2603,7kcal Białko 119,4g Tłuszcze 94,9g Tłuszcze nasycone 33,5g Sól 6,1g Węglowodany 327,7g Cukry 5,6g Błonnik pokarmowy 53,7g
Dieta wegetariańska WE	Płatki owsiane na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z ciecierzycy z burakiem 100g, pomidor 100g (1,7)		Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, kotlet rybny smażony 150g, warzywa po grecku 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,4,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z jaj z pietruszką 120g, ogórek kiszony 100g (1,3,7,)	Kefir 150g (7)	Energia 3081,8kcal Białko 113,6g Tłuszcze 110,1g Tłuszcze nasycone 27,9g Sól 5,2g Węglowodany 403,2g Cukry 38,2g Błonnik pokarmowy 41,2g
Dieta bezglutenowa GL	Ryż na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta z ciecierzycy z burakiem 100g, pomidor 100g (7)		Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, filet rybny gotowany 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (4,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta z jaj z pietruszką 120g, ogórek kiszony 100g (3,7)	Kefir 150g (7)	Energia 2708,2kcal Białko 86g Tłuszcze 97g Tłuszcze nasycone 26,3g Sól 5,7g Węglowodany 294,3g Cukry 32,6g Błonnik pokarmowy 34,4g

JADŁOSPIS SOBOTA 29.08.2026

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 30.08.2026

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 białej 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 białej 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 białej 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 białej 150g, 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 31.08.2026

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 01.09.2026

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

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.

Opracował dietetyk kliniczny