

JADŁOSPIS SOBOTA 12.09.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, parówka drobiowa 2 sztuki, ketchup 12g, ogórek kiszony 100g(1,6,7)		Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml, makaron z mięsem i szpinakiem 350g, sos pomidorowy 100g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) Dodatek onkologiczny: jogurt naturalny 1 sztuka	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, szynka dębowa 80g, banany 1 sztuka (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2815,4kcal Białko 124,3g Tłuszcze 107,7g Tłuszcze nasycone 27,9g Sól 4,9g Węglowodany 345,8g Cukry 54,3g Błonnik pokarmowy 19,1g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, parówka drobiowa 100g, ketchup 12g, pomidor 100g (1,6,7)		Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml, makaron z mięsem i szpinakiem 350g, sos pomidorowy 100g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, szynka dębowa 80g, banany 1 sztuka (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2779kcal Białko 120g Tłuszcze 105,5g Tłuszcze nasycone 27,6g Sól 4,9g Węglowodany 346,1g Cukry 54,3g Błonnik pokarmowy 19,1g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, parówka drobiowa 100g, ogórek kiszony 100g	Graham 60g, masło 10g, filet zapiekany 60g, papryka 100g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml, makaron z mięsem i szpinakiem 350g, sos pomidorowy 100g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, szynka dębowa 80g, sok 100% tłoczony (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2945,2kcal Białko 137,7g Tłuszcze 119,1g Tłuszcze nasycone 32,8g Sól 6,7g Węglowodany 348,3g Cukry 44,3g Błonnik pokarmowy 36,3g
Dieta wegetariańska WE	Kawa zbożowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser mozzarella 80g, ogórek kiszony(1,6,7)		Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml, makaron z strączkami i szpinakiem 350g, sos pomidorowy 100g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasztet sojowy z pomidorami 80g, banany 1 sztuka (1,6,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2781,2kcal Białko 100,9g Tłuszcze 103,4g Tłuszcze nasycone 26,1g Sól 4,9g Węglowodany 356,6g Cukry 56,3g Błonnik pokarmowy 23,1g
Dieta bezglutenowa GL	herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, ser mozzarella 80g, ogórek kiszony 100g (1,6,7)		Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml, makaron z mięsem i szpinakiem 350g, sos pomidorowy 100g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, szynka dębowa 80g 80g, banany 1 sztuka (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka, pestki dyni 20g (7)	Energia 2846,6kcal Białko 91g Tłuszcze 120,4g Tłuszcze nasycone 27,5g Sól 5,1g Węglowodany 277g Cukry 54,3g Błonnik pokarmowy 12,5g

JADŁOSPIS NIEDZIELA 13.09.2026

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 (1,7)		Zupa rosół z makronem 400ml, udko gotowane 1 sztuka surówka z kapusty czerwonej 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,9) Dodatek onkologiczny: sok owocowy 1 sztuka	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, polędwica Jana 40g, serek kanapkowy 2 sztuki, papryka 100g (1,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2588,9kcal Białko 114,6g Tłuszcze 98,4g Tłuszcze nasycone 31,5g Sól 5,5g Węglowodany 313,9g Cukry 36g Błonnik pokarmowy 22,2g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, twarożek z ziołami 80g, sałata 3 liście (1,7)		Zupa rosół z makronem 400ml, udko gotowane 1 sztuka, bukiet królewski 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,9)	Herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, polędwica Jana 40g, serek kanapkowy 2 sztuki, cukinia blanszowana 100g (1,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2500,2kcal Białko 117,2g Tłuszcze 90,2g Tłuszcze nasycone 30,9g 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, pasta z sera żółtego i papryki 120g, sałata 3 liście (1,3,6,7,12)	Graham 60g, masło 10g, szynka gotowana 60g, roszonek 5g	Zupa rosół z makronem razowym 400ml, udko gotowane 1 sztuka surówka z kapusty czerwonej 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,9)	Herbata bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, polędwica Jana 40g, serek kanapkowy 2 sztuki papryka 100g (1,6,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka (7)	Energia 2588,9kcal Białko 114,6g Tłuszcze 98,4g Tłuszcze nasycone 31,5g Sól 5,5g Węglowodany 313,9g Cukry 36g Błonnik pokarmowy 22,2g
Dieta wegetariańska WE	Kawa zbożowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z sera żółtego i papryki 120g, sałata 3 liście (1,3,6,7,12)		Zupa rosół z makronem 400ml, kotlet sojowy panierowany 150g, surówka z kapusty czerwonej 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, jajko 1 sztuka, serek kanapkowy 2 sztuk, papryka 100g (1,6,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka(7)	Energia 2681,2kcal Białko 126,2g Tłuszcze 73,5g Tłuszcze nasycone 25g Sól 3,9g Węglowodany 375,3g Cukry 55,1g Błonnik pokarmowy 44,6g
Dieta bezglutenowa GL	herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta z sera żółtego i papryki 120g, sałata 3 liście (1,7)		Zupa rosół z kasza kukurydzianą 400ml, udko gotowane 1 sztuka surówka z kapusty czerwonej 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,9)	Herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, polędwica Jana 40g, serek kanapkowy 2 sztuki papryka 100g (1,7)	Mus owocowo-warzywny 1 sztuka(7)	Energia 2719,7kcal Białko 89,3g Tłuszcze 110,7g Tłuszcze nasycone 31,8g Sól 5,7g Węglowodany 263,9g Cukry 55,9g Błonnik pokarmowy 17,7g

JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 14.09.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Płatki jęczmienne na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser żółty 40g, kielbasa kminkowa 40g, burak gotowany 100g (1,6,7,10,11)		Zupa kapuśniak z ziemniakami 400ml, risotto mięsno-jarzynowe z strączkami 250g, sos pomidorowy 100ml, brokuł gotowany 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) Dodatek onkologiczny: serek wiejski 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 40g, jajko 1 sztuka, rzodkiewka 5 sztuk (1,7)	Jabłko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2673,7 kcal Białko 112,3g Tłuszcze 90,5g Tłuszcze nasycone 33,7g Sól 7,2g Węglowodany 367,4g Cukry 45,6g Błonnik pokarmowy 30,6g
Łatwostrawna D02	Płatki jęczmienne na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, kielbasa kminkowa 80g, burak gotowany 100g (1,6,7,10)		Zupa wiejska z ziemniakami 400ml, risotto mięsno-jarzynowe 250g, sos pomidorowy 100ml, brokuł gotowany 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 40g, jajko 1 sztuka, sałata 3 liście (1,6,7)	Jabłko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2611,3kcal Białko 106,6g Tłuszcze 82,1g Tłuszcze nasycone 28g Sól 6,5g Węglowodany 3974,6 Cukry 45,5g Błonnik pokarmowy 23,6g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, ser żółty 40g, kielbasa kminkowa 40g, ogórek kiszony 100g (1,6,7,10,11)	Graham 60g, masło 10g, wędlina drobiowa 60g, pomidor 100g (1,7)	Zupa kapuśniak z ziemniakami 400ml, risotto mięsno-jarzynowe z strączkami 250g, sos pomidorowy 100ml, surówka z marchewki i selera 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 40g, jajko 1 sztuka, rzodkiewka 5 sztuk (1,7)	jabłko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2519,64kcal Białko 109,22g Tłuszcze 98,24g Tłuszcze nasycone 44,6g Sól 9,9g Węglowodany 326,9g Cukry 18,89g Błonnik pokarmowy 45,78g
Dieta wegetariańska WE	Płatki jęczmienne na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta warzywna z tofu 120g, burak gotowany 100g (1,6,7)		Zupa wiejska z ziemniakami 400ml, risotto w wersji wege 250g, sos pomidorowy 100g, brokuł gotowany 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z jaj 100g, rzodkiewka 5 sztuk (1,3,6,7)	Jabłko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2339,4kcal Białko 85,2g Tłuszcze 57,2g Tłuszcze nasycone 25,4g Sól 4,7g Węglowodany 394,3g Cukry 52,9g Błonnik pokarmowy 41,8g
Dieta bezglutenowa GL	Płatki kukurydziane na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, ser żółty 40g, kielbasa kminkowa 40g, ogórek kiszony 100g (6,7,10,11)		Zupa wiejska z ziemniakami 400ml, risotto mięsno-jarzynowe ze strączkami 250g, sos pomidorowy bezglutenowy 100ml, brokuł gotowany 150g, kompot jabłkowy 250ml (7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, wędlina filet zapiekany 40g, jajko 1 sztuka, rzodkiewka 5 sztuk (6,7)	jabłko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 sztuka (7)	Energia 2746,5kcal Białko 85,1g Tłuszcze 100,2g Tłuszcze nasycone 32,7g Sól 7,7g Węglowodany 307,2g Cukry 45,6g Błonnik pokarmowy 19,7g

JADŁOSPIS WTOREK 15.09.2026

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 drobiowy duszony 150g, mizeria 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 luksusowa 80g, ogórek zielony 100g (1,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka	Energia 2427,7kcal Białko 103,4g Tłuszcze 67,6g Tłuszcze nasycone 25g Sól 6g Węglowodany 362,3g Cukry 48,8g Błonnik pokarmowy 28,6g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, ser biały 80g, dżem 25g, cukinia blanszowana 100g (1,7)		Zupa pomidorowa z makaronem 400ml, filet drobiowy duszony 150g, sałata z vinegretem 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, szynka luksusowa 80g, pomidor 100g (1,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka	Energia 3026,7kcal Białko 125g Tłuszcze 103,2g Tłuszcze nasycone 30,1g Sól 6,4g Węglowodany 415,1g Cukry 53,6g Błonnik pokarmowy 24,4g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, ser biały 80g, papryka 100g (1,7)	Chleb graham 60g, masło 10g, serek wiejski 150g, pomidor 100g (1,7)	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 400ml, filet drobiowy duszony 150g, mizeria 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, szynka luksusowa 80g, ogórek zielony 100g (1,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka	Energia 2417kcal Białko 149,45g Tłuszcze 64,45g Tłuszcze nasycone 31,8g Sól 5,1g Węglowodany 323,64g Cukry 3,9g Błonnik pokarmowy 34,75g
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, mizeria 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, sałatka z kapusty pekińskiej z tuńczykiem 150g (1,6,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka	Energia 2550,8kcal Białko 109,1g Tłuszcze 65,6g Tłuszcze nasycone 24g Sól 4,3g Węglowodany 396,3g Cukry 48,8g Błonnik pokarmowy 39,3g
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, flet drobiowy duszony 150g, sałata z vinegretem 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, szynka luksusowa 80g, ogórek zielony 100g (7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka	Energia 2327,1kcal Białko 74g Tłuszcze 76,7g Tłuszcze nasycone 23,6g Sól 6,6g Węglowodany 255,6g Cukry 46,2g Błonnik pokarmowy 17,2g

JADŁOSPIS ŚRODA 16.09.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Ryz na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z makreli z jajkiem 80g, ogórek kiszony 100g(1,7)		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, makaron z serem 250g, mus jabłkowy 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9) Dodatek onkologiczny: serek homogenizowany 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, hummus z cebulką 80g, pomidor 100g(1,4,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka(7)	Energia 2692,4kcal Białko 121,7g Tłuszcze 73,2g Tłuszcze nasycone 35,2g Sól 6,1g Węglowodany 390,9g Cukry 45,5g Błonnik pokarmowy 27,1g
Łatwostrawna D02	Ryz na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta z makreli z jajkiem 80g, pomidor 100g(1,7)		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, makaron z serem 250g, mus jabłkowy 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasztet sojowy 80g, pomidor 100g (1,4,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka(7)	Energia 2696,8 kcal Białko 119,2g Tłuszcze 72,4g Tłuszcze nasycone 35g Sól 4,3g Węglowodany 393,8g Cukry 45,6g Błonnik pokarmowy 21,6g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta z makreli z jajkiem 80g, ogórek kiszony 100g(1,7)	Graham 60g, masło 10g, szynka gotowana 60g, sztuka, papryka 100g (1,3,7)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, makaron razowy z serem 250g, mus jabłkowy bez cukru 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, hummus z cebulką 80g, pomidor 100g (1,4,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka, (7)	Energia 2628kcal Białko 119,6g Tłuszcze 80,67g Tłuszcze nasycone 48,9g Sól 8,1g Węglowodany 372g Cukry 13g Błonnik pokarmowy 40g
Dieta wegetariańska WE	Ryz na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z makreli z jajkiem 80g, ogórek kiszony 100g(1,7)		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, makaron z serem 250g, mus jabłkowy 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło roślinne 20g, hummus z cebulką 80g, pomidor 100g (1,4,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka(7)	Energia 2622,3kcal Białko 116,6g Tłuszcze 65,6g Tłuszcze nasycone 33,4g Sól 4,1g Węglowodany 397,1g Cukry 45,1g Błonnik pokarmowy 27,8g
Dieta bezglutenowa GL	ryz na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta z makreli z jajkiem 80g, ogórek kiszony 100g(7)		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, makaron bezglutenowy z serem 250g, mus jabłkowy 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, hummus z cebulką 80, pomidor 100g (4,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka(7)	Energia 2761,8kcal Białko 75,5g Tłuszcze 98g Tłuszcze nasycone 33,7g Sól 6,7g Węglowodany 314,9g Cukry 45,5g Błonnik pokarmowy 14,7g

JADŁOSPIS CZWARTEK 17.09.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, szynka luksusowa 80g, jabłko 1 sztuka (1,7,9)		Zupa ryżowa 400ml, wątróbka drobiowa z cebulką 150g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki i selera 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) Dodatek onkologiczny: banan 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta twarogowa ze szpinakiem 80g, sałata 3 liście (1,6,7)	Jogurt naturalny 1 sztuka, śliwka 1 sztuka (7)	Energia 2412kcal Białko 112g Tłuszcze 67g Tłuszcze nasycone 25,1g Sól 5,6g Węglowodany 348,2g Cukry 49g Błonnik pokarmowy 32g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, szynka luksusowa 80g, jabłko 1 sztuka (1,7,9)		Zupa ryżowa 400ml, pałka z kurczaka 2 sztuki, surówka z marchewki i selera 150g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta twarogowa ze szpinakiem 80g, sałata 3 liście (1,6,7)	Jogurt naturalny 1 sztuka, mus 1 sztuka (7)	Energia 2509,3kcal Białko 130,8g Tłuszcze 66,3g Tłuszcze nasycone 24,4g Sól 5,8g Węglowodany 353,1g Cukry 56,6g Błonnik pokarmowy 24,9g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, szynka luksusowa 80g, jabłko 1 sztuka (1,7,9)	Graham 60g, masło 10g, szynka gotowana 60g, pomidor 100g	Zupa ryżowa 400ml, wątróbka drobiowa z cebulką 150g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki i selera 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta twarogowa ze szpinakiem 80g, sałata 3 liście (1,6,7)	Jogurt naturalny 1 sztuka, śliwka 1 sztuka (7)	Energia 2547kcal Białko 129g Tłuszcze 88g Tłuszcze nasycone 30,4g Sól 7,3g Węglowodany 330,3g Cukry 24,2g Błonnik pokarmowy 43,7g
Dieta wegetariańska WE	Kawa na mleku 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser żółty 80g, jabłko 1 sztuka (1,7,9)		Zupa ryżowa 400ml, bigos w wersji wege 300g, ziemniaki 250g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta twarogowa ze szpinakiem 80g, sałata 3 liście (1,6,7)	Jogurt naturalny 1 sztuka, śliwka 1 sztuka (7)	Energia 2608kcal Białko 93,7g Tłuszcze 85,3g Tłuszcze nasycone 36,3g Sól 6g Węglowodany 371,9g Cukry 52,8g Błonnik pokarmowy 33,1g
Dieta bezglutenowa GL	Herbata 250ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, szynka luksusowa 80g, jabłko 1 sztuka (7,9)		Zupa ryżowa 400ml, wątróbka drobiowa z cebulką 150g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki i selera 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta twarogowa ze szpinakiem 80g, sałata 3 liście (6,7)	Jogurt naturalny 1 sztuka, śliwka 1 sztuka (7)	Energia 2470,65kcal Białko 81,11g Tłuszcze 75,42g Tłuszcze nasycone 23,8g Sól 5,7g Węglowodany 286,82g Cukry 53,05g Błonnik pokarmowy 21,3g

JADŁOSPIS PIĄTEK 18.09.2026

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 jaj 120g, pomidor 100g (1,3,7)		Zupa jarzynowa z kaszką kukurydzianą 400ml, śledź w sosie jogurtowym 150g, buraczki 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,4,7,9) Dodatek onkologiczny: ciasto kokosowe 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, twarożek z ziołami 80g, rzodkiewka tarta 100g (1,7)	Ciastko jaglane (7)	Energia 2838,9kcal Białko 110,8g Tłuszcze 99,2g Tłuszcze nasycone 27,6g Sól 5,8g Węglowodany 369,6g Cukry 33,1g Błonnik pokarmowy 41,5g
Łatwostrawna D02	Płatki owsiane na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta z jaj 120g, pomidor 100g (1,3,7)		Zupa jarzynowa z kaszką kukurydzianą 400ml, filet rybny gotowany 150g, buraczki 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,4,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, twarożek z ziołami 80g, cukinia blanszowana (1,7)	Ciastko jaglane (7)	Energia 2831,6kcal Białko 117,2g Tłuszcze 95,2g Tłuszcze nasycone 27,1g Sól 4,9g Węglowodany 367,2g Cukry 33,1g Błonnik pokarmowy 34,8g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta z jaj 120g, pomidor 100g (1,3,7)	Graham 60g, masło 10g, pasztet sojowy 60g ogórek kiszony 100g	Zupa jarzynowa z kaszką kukurydzianą 400ml, śledź w sosie jogurtowym 150g, surówka z buraczków 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)	Ciastko jaglane (7)	Energia 2620,1kcal Białko 113,6g Tłuszcze 101,1g Tłuszcze nasycone 31,7g Sól 5,4g Węglowodany 311,4g Cukry 2,7g Błonnik pokarmowy 49,8g
Dieta wegetariańska WE	Płatki owsiane na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z jaj 120g, pomidor 100g (1,3,7)		Zupa jarzynowa z kaszką kukurydzianą 400ml, filet rybny smażony 150g, buraczki 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,4,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, twarożek z ziołami 80g, rzodkiewka tarta 100g (1,6,10)	Ciastko jaglane (7)	Energia 2869,3kcal Białko 110,2g Tłuszcze 99,3g Tłuszcze nasycone 27,1g Sól 6,1g Węglowodany 378,3g Cukry 33,3g Błonnik pokarmowy 42,9g
Dieta bezglutenowa GL	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta z jaj 120g, pomidor 100g (3,7)		Zupa jarzynowa z kaszką kukurydzianą 400ml, filet rybny gotowany 150g, buraczki 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (3,4,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, twarożek z ziołami 80g, rzodkiewka tarta 100g (7)	Ciastko jaglane (7)	Energia 2843,9kcal Białko 94,5 Tłuszcze 103,9g Tłuszcze nasycone 27,5g Sól 6g Węglowodany 335,4g Cukry 33,1g Błonnik pokarmowy 36,8g

JADŁOSPIS SOBOTA 19.09.2026

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 1 sztuka (1,6,7)		Zupa selerowa 400ml, gulasz wieprzowy 200g, brokuły 150g, kasza pęczak 200g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) Dodatek onkologiczny: jogurt naturalny 1 sztuka	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, szynka Gazdy 80g, brzoskwinia (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka (7)	Energia 2704,5 kcal Białko 129,7g Tłuszcze 104,2g Tłuszcze nasycone 27,3g Sól 4,9g Węglowodany 324,6g Cukry 22,6g Błonnik pokarmowy 27g
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, schab zapiekany 40g, ser mozzarella 40g, banan 1 sztuka (1,6,7)		Zupa selerowa 400ml, gulasz wieprzowy 200g, brokuły 150g, kasza jęczmienna 200g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, szynka Gazdy 80g, brzoskwinia (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka(7)	Energia 2714,8 kcal Białko 129g Tłuszcze 103,7g Tłuszcze nasycone 27g Sól 5g Węglowodany 325,6g Cukry 22,6g Błonnik pokarmowy 21,9g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, schab zapiekany 40g, ser mozzarella 40g, morela 1 sztuka (1,6,7)	Graham 60g, masło 10g, filet zapiekany 60g, papryka 100g	Zupa selerowa 400ml, gulasz wieprzowy 200g, brokuły 150g, kasza pęczak 200g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, szynka Gazdy 80g, brzoskwinia (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka(7)	Energia 2762,8kcal Białko 144,5g Tłuszcze 115,3g Tłuszcze nasycone 32,4g Sól 6,8g Węglowodany 312,4g Cukry 2,1g Błonnik pokarmowy 37,4g
Dieta wegetariańska WE	Kawa zbożowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser mozzarella 80g, banan 1 sztuka (1,6,7)		Zupa selerowa 400ml, gulasz warzywny z ciecierzycą 200g, brokuły 150g, kasza pęczak 200g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasztet sojowy 80g, brzoskwinia (1,7)	Serek wiejski 1 sztuka (7)	Energia 2684,9kcal Białko 125,2g Tłuszcze 82,5g Tłuszcze nasycone 34,2g Sól 6,7g Węglowodany 346,6g Cukry 25,2g Błonnik pokarmowy 41g
Dieta bezglutenowa GL	herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, schab zapiekany 40g, ser mozzarella 40g, banan 1 sztuka (6,7)		Zupa selerowa 400ml, gulasz wieprzowy bezglutenowy 200g, brokuły 150g, kasza gryczana 200g, kompot jabłkowy 250ml (7,9)	Herbata owocowa 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, szynka Gazdy 80g, brzoskwinia (7)	Serek wiejski 1 sztuka (7)	Energia 2694,2 kcal Białko 96,6g Tłuszcze 105,9g Tłuszcze nasycone 25,1g Sól 5g Węglowodany 253,1g Cukry 22g Błonnik pokarmowy 16,5g

JADŁOSPIS NIEDZIELA 20.09.2026

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 smażony 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 21.09.2026

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 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

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.