JADŁOSPIS NIEDZIELA 01.11.2026

Dieta	Śniadanie	II śniada-nie	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 02.11.2026

Dieta	Śniadanie	II śniada-nie	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 kiełbasą 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**

JADŁOSPIS WTOREK 03.11.2026

Dieta	Śniadanie	II śniada-nie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa DO1	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser biały 80g, papryka 100g (1,7)		Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, gulasz węgierski 250g, kasza jęczmienna pęczak 200g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) **Dodatek onkologiczny:** mus owsianka z wiśnią i kakao 1 sztuka	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, szynka gotowana 80g, ogórek zielony 100g (1,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka, słonecznik 20g	**Energia 2573,6kcal Białko 134,7g Tłuszcze 73,3g Tłuszcze nasycone 24,7g Sól 4,2g Węglowodany 353,6g Cukry 34,1g Błonnik pokarmowy 18,8g**
Łatwostrawna DO2	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, ser biały 80g, cukinia blanszowana 100g (1,7)		Zupa ziemniaczana 400ml, gulasz wieprzowy 200g, kasza jęczmienna 200g, buraczki 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, szynka gotowana 80g, pomidor 100g (1,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka, słonecznik 20g	**Energia 2802,7kcal Białko 139g Tłuszcze 90,3g Tłuszcze nasycone 26,9g Sól 4,2g Węglowodany 366,5g Cukry 34,2g Błonnik pokarmowy 19,9g**
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, sopocka polędwica 60g, pomidor 100g (1,7)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, gulasz węgierski 200g, kasza jęczmienna pęczak 200g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, szynka gotowana 80g, ogórek zielony 100g (1,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka, słonecznik 20g	**Energia 2689,7kcal Białko 158,5g Tłuszcze 74g Tłuszcze nasycone 31,8g Sól 6,3g Węglowodany 366g Cukry 28,3g Błonnik pokarmowy 35,6g**
Dieta wegetariańska WE	Kawa na mleku 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, ser biały 80g, papryka 100g (1,6,7)		Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, gulasz sojowy 200g, kasza jęczmienna pęczak 200g, buraczki 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, hummus 80g, ogórki zielony 100g (1,6,7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka, słonecznik 20g (7)	**Energia 2665,6kcal Białko 93,6g Tłuszcze 91,7g Tłuszcze nasycone 27,8g Sól 4,2g Węglowodany 376,2g Cukry 34,1g Błonnik pokarmowy 24,7g**
Dieta bezglutenowa GL	Herbata 250ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, ser biały 80g, papryka 100g(7)		Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, gulasz wieprzowy bezglutenowy 200g, kasza gryczana 200g, buraczki 150g, kompot jabłkowy 250ml (7,9)	Herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, szynka gotowana 80g, ogórek zielony 100g (7)	Sok owocowy przecierany 1 sztuka, słonecznik 20g (7)	**Energia 2787,2kcal Białko 115,1g Tłuszcze 104,1g Tłuszcze nasycone 25g Sól 4,3g Węglowodany 272,7g Cukry 31,2g Błonnik pokarmowy 13,6g**

JADŁOSPIS ŚRODA 04.11.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, jajko 1 sztuka, polędwica sopocka 40g, banan (1,7)		Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 400ml, siekane kotlety drobiowe 150g, ziemniaki 300g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9) **Dodatek onkologiczny:** paluszki z sezamem 1 sztuka	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, sałatka makaronowa z brokułem, kukurydzą i jajkiem 250g (1,4,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka, płatki owsiane 20g (7)	**Energia 2729,2kcal Białko 103,1g Tłuszcze 73,2g Tłuszcze nasycone 34,3g Sól 6,2g Węglowodany 411,4g Cukry 57,6g Błonnik pokarmowy 18,5g**
Łatwostrawna D02	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, polędwica sopocka 40g, jajko 1 sztuka, banan (1,6,7,10)		Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 400ml, filet drobiowy z kurczaka gotowany 150g, ziemniaki 300g, bukiet jarzyn150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, sałatka makaronowa z brokułem, kukurydzą i jajkiem 250g (1,4,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka, płatki owsiane 20g (7)	**Energia 2662,2kcal Białko 105g Tłuszcze 63,8g Tłuszcze nasycone 29,6g Sól 4g Węglowodany 416,3g Cukry 58g Błonnik pokarmowy 19,6g**
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, jajko 1 sztuka, polędwica sopocka 40g, kiwi (1,7)	Graham 60g, masło 10g, pasztet sojowy 60g, pomidor 100g (1,3,7)	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 400ml, filet drobiowy z kurczaka gotowany 150g, ziemniaki 300g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, sałatka makaronowa z brokułem, kukurydzą i jajkiem 250g (1,4,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka, płatki owsiane 20g(7)	**Energia 3161,1kcal Białko 121,9g Tłuszcze 129,5g Tłuszcze nasycone 43,5g Sól 7g Węglowodany 376,2g Cukry 37,1g Błonnik pokarmowy 43,4g**
Dieta wegetariańska WE	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, jajko 2 sztuki, banan (1,6,7)		Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 400ml, kotlet z cukinii 150g, ziemniaki 300g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, sałatka makaronowa z brokułem, kukurydzą i jajkiem 250g (1,4,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka, płatki owsiane 20g(7)	**Energia 2799,2kcal Białko 107g Tłuszcze 78,6g Tłuszcze nasycone 38,4g Sól 7,1g Węglowodany 411,1g Cukry 57,7g Błonnik pokarmowy 18,5g**
Dieta bezglutenowa GL	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, jajko 1 sztuk, polędwica sopocka 40g, banan (7)		Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą 400ml, siekane kotleciki drobiowe bez glutenu 150g, ziemniaki 300g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kompot jabłkowy 250ml (1,3,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, sałatka makaronowa (makaron bezglutenowy) z brokułem, kukurydzą i jajkiem 250g (4,7)	Serek homogenizowany 1 sztuka, jabłko 1 sztuka (7)	**Energia 2831,4kcal Białko 80,6g Tłuszcze 89,7g Tłuszcze nasycone 33,3g Sól 6,4g Węglowodany 341,1g Cukry 57,6g Błonnik pokarmowy 14g**

JADŁOSPIS CZWARTEK 05.11.2026

Dieta	Śniadanie	II śniada-nie	Obiad	Kolacja	II Kolacja	Wartości odżywcze
Podstawowa D01	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, szynka gotowana 80g, śliwka(1,7,9)		Zupa fasolowa 400ml, ryż biały z jabłkiem prażonym 250g, sos truskawkowo-mleczny 100g, kompot jabłkowy 250ml kompot jabłkowy 250ml (1,7,9) **Dodatek onkologiczny:** owoc	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z ciecierzycy z cebulką 100g, sałata 1 liść, ogórek kiszony 100g (1,6,7)	Jogurt owocowy 1 sztuka, jabłko 1 sztuka (7)	**Energia 3087,6kcal Białko 132,5g Tłuszcze 111,5g Tłuszcze nasycone 36,1g Sól 6,2g Węglowodany 408,5g Cukry 51,7g Błonnik pokarmowy 33,1g**
Łatwostrawna D02	Kawa z mlekiem 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, szynka gotowana 80g, śliwka (1,7,9)		Zupa jarzynowa 400ml, ryż biały z jabłkiem prażonym 250g, sos truskawkowo-mleczny 100g, kompot jabłkowy 250ml	Herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasztet sojowy 80g, sałata 3 liście (1,6,7)	Jogurt owocowy 1 sztuka, jabłko 1 sztuka (7)	**Energia 2546,5kcal Białko 120,6g Tłuszcze 100,8g Tłuszcze nasycone 36,3g Sól 6g Węglowodany 305,6g Cukry 49,3g Błonnik pokarmowy 20,6g**
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, szynka gotowana 80g, śliwka (1,7,9)	Graham 60g, masło 10g, tofu 60g, pomidor 100g	Zupa fasolowa 400ml, ryż brązowy z jabłkiem prażonym 250g, sos truskawkowo-mleczny 100g, kompot jabłkowy 250ml (1,7,9)	Herbata bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta z ciecierzycy z cebulką 100g, sałata 1 liść, ogórek kiszony 100g (1,6,7)	Jogurt naturalny 1 sztuka, jabłko 1 sztuka (7)	**Energia 2614,3kcal Białko 145,5g Tłuszcze 76,4g Tłuszcze nasycone 30,9g Sól 6,2g Węglowodany 354,6g Cukry 36,1g Błonnik pokarmowy 45,6g**
Dieta wegetariańska WE	Kawa na mleku 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasztet sojowy 80g, śliwka (1,7,9)		Zupa fasolowa 400ml, ryż biały z jabłkiem prażonym 250g, sos truskawkowo-mleczny 100g, kompot jabłkowy 250ml	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z ciecierzycy z cebulką 100g, sałata 1 liść, ogórek kiszony 100g (1,6,7,10)	Jogurt owocowy 1 sztuka, jabłko 1 sztuka (7)	**Energia 2587,3kcal Białko 113,8g Tłuszcze 67,6g Tłuszcze nasycone 33,3g Sól 4g Węglowodany 394,3g Cukry 44g Błonnik pokarmowy 34,2g**
Dieta bezglutenowa GL	Herbata 250ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, szynka gotowana 80g, śliwka (7,9)		Zupa fasolowa 400ml, ryż biały z jabłkiem prażonym 250g, sos truskawkowo-mleczny 100g, kompot jabłkowy 250ml (7,9)	Herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta z ciecierzycy z cebulką 100g, sałata 1 liść, ogórek kiszony 100g (1,6,7)	Jogurt owocowy 1 sztuka, jabłko 1 sztuka (7)	**Energia 2956,1kcal Białko 102g Tłuszcze 111,1g Tłuszcze nasycone 35,5g Sól 6,4g Węglowodany 211,2g Cukry 48,7g Błonnik pokarmowy 28,1g**

JADŁOSPIS PIĄTEK 06.11.2026

Dieta	Śniadanie	II śniada-nie	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 porowa z makaronem 400ml, kotlet rybny 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,4,7,9) **Dodatek onkologiczny:** ciasto kokosowe 1 sztuka	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta twarogowo-pomidorowa 80g, roszponka 5g, ogórek zielony 100g(1,7)	Kefir 1 sztuka, słonecznik 20g	**Energia 2697,7kcal** **Białko 106,8g** **Tłuszcze 79,9g** **Tłuszcze nasycone 26,9g** **Sól 5,6g** **Węglowodany 394,8g** **Cukry 40,7g** **Błonnik pokarmowy 27,1g**
Łatwostrawna **D02**	Płatki owsiane na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta z jaj 120g, pomidor 100g (1,3,7)		Zupa szpinakowa z makaronem 400ml, pulpet rybny 150g, sałata z winegretem 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,3,4,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo pszenne 150g, masło 15g, pasta twarogowo-pomidorowa 80g, roszponka 5g, ogórek zielony 100g (1,7)	Kefir 1 sztuka, słonecznik 20g	**Energia 2640,1kcal** **Białko 104,4g** **Tłuszcze 67,9g** **Tłuszcze nasycone 26,1g** **Sól 4,8g** **Węglowodany 409,2g** **Cukry 43,6g** **Błonnik pokarmowy 25g**
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **D03**	Herbata czarna bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta z jaj 120g, pomidor 100g (1,6,7)	Graham 60g, masło 10g, pasztet sojowy 60g ogórek konserwowy 100g	Zupa porowa z makaronem 400ml, ryba gotowana 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata bez cukru 250ml, graham 150g, masło 15g, pasta twarogowo-pomidorowa 80g, roszponka 5g, ogórek zielony 100g (1,7)	Kefir 1 sztuka, słonecznik 20g	**Energia 2657,8kcal** **Białko 111g** **Tłuszcze 82,2g** **Tłuszcze nasycone 31,3g** **Sól 7,7g** **Węglowodany 373,2g** **Cukry 40,7g** **Błonnik pokarmowy 40,3g**
Dieta wegetariańska **WE**	Płatki owsiane na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta z jaj 120g pomidor 100g (1,6,7)		Zupa porowa z makaronem 400ml, ryba gotowana 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (1,6,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo mieszane 150g, masło 15g, pasta twarogowo-pomidorowa 80g, roszponka 5g, ogórek zielony 100g (1,7)	Kefir 1 sztuka, słonecznik 20g	**Energia 2816,1kcal** **Białko 115,5g** **Tłuszcze 85,7g** **Tłuszcze nasycone 27,5g** **Sól 7,6g** **Węglowodany 401,5g** **Cukry 40,7g** **Błonnik pokarmowy 26,6g**
Dieta bezglutenowa **GL**	Kasza kukurydziana na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta z jaj 120g, pomidor 100g (3,7)		Zupa porowa z makaronem bezglutenowym 400ml, ryba gotowana 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g, ziemniaki 250g kompot jabłkowy 250ml (6,7,9)	Herbata 250ml, pieczywo bezglutenowe 150g, masło 15g, pasta twarogowo-pomidorowa 80g, roszponka 5g, ogórek zielony 100g (1,7)	Kefir 1 sztuka, słonecznik 20g	**Energia 2546,2kcal** **Białko 85g** **Tłuszcze 75,8g** **Tłuszcze nasycone 25,7g** **Sól 7,3g** **Węglowodany 307,5g** **Cukry 40,7g** **Błonnik pokarmowy 20,4g**

JADŁOSPIS SOBOTA 07.11.2026

Dieta	Śniadanie	II śniada-nie	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, banan 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, banan 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, banan 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, banan 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 08.11.2026

Dieta	Śniadanie	II śniada-nie	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, roszponka 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 09.11.2026

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, kiełbasa 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, kiełbasa 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, kiełbasa 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, kiełbasa 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 10.11.2026

Dieta	Śniadanie	II śniada-nie	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 duszony150g, 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 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, marchew gotowana 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, sałata z jogurtem 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, marchew gotowana 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 jogurtem 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**

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 SO_2, 13 – łubin i produkty pochodne, 14- mięczaki i produkty pochodne.
Różnica wartości w jadłospisie 5%-10%.
Jadłospis może ulec zmianie. Przepraszamy.