

Jadłospis 31.08.-13.09.2026r.

Wydanie: **2**

Strona 1 z 16

31.08.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Rzodkiew biała 50 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 50 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,)	
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*. 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi z olejem drobno tarta. 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*. 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty. 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta. 100 g Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*. 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta. 100 g Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Sałatka z fasoli, ogórka i sałaty 50 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka z fasoli, ogórka i sałaty 50 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Sałata lodowa 20 g
Przekąska nocna	Brzoskwinia 150 g	Brzoskwinia 150 g	Brzoskwinia 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2149.39 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz: 59.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 349.45 g; W tym cukry: 73.55 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sód: 2680.95 mg	Wartość energetyczna: 2058.88 kcal; Białko ogółem: 82.43 g; Tłuszcz: 71.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 305.68 g; W tym cukry: 42.19 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sód: 2672.23 mg;	Wartość energetyczna: 2162.74 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 56.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 347.35 g; W tym cukry: 75.45 g; Błonnik pok.: 22.14 g; Sód: 2151.07 mg;

Jadłospis 31.09. – 13.09.2026Wydanie: **2**

Strona 2 z 16

01.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwo strawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,)	
Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Szyńka wieprzowa pieczona 200 g Sos meksykański z fasolą 50 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta. 100 g Buraczki gotowane z olejem. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Szyńka wieprzowa pieczona 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta. 100 g Buraczki gotowane z olejem. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Szyńka wieprzowa pieczona 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem*. 100 g (SEL,) Buraczki gotowane z olejem. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Seler z pietruszką gotowany z olejem 50 g (GLU PSZ, SEL,)
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2239.77 kcal; Białko ogółem: 122.83 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 327.35 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sód: 2448.99 mg;	Wartość energetyczna: 2247.80 kcal; Białko ogółem: 135.63 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 293.28 g; W tym cukry: 46.20 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sód: 2614.30 mg;	Wartość energetyczna: 2314.83 kcal; Białko ogółem: 125.66 g; Tłuszcz: 60.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 332.35 g; W tym cukry: 84.59 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sód: 2065.91 mg;

Jadłospis 31.08. – 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 3 z 16

02.09.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Cukinia gotowana z olejem * 50 g	Masło extra 82% 10 g (MLE,) Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukinia gotowana z olejem * 50 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Cukinia gotowana z olejem * 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,)	
Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta. 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem*. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 2 [Por] x 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi z olejem drobno tarta. 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem*. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta. 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem*. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Ogórek świeży 50 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Ogórek świeży 50 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z pomidorów i tuńczyka z koperkiem 100 g (RYB,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
Przekąska nocna	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2048.10 kcal; Białko ogółem: 76.41 g; Tłuszcz: 63.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 316.98 g; W tym cukry: 73.83 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sód: 3205.42 mg;	Wartość energetyczna: 2087.09 kcal; Białko ogółem: 97.78 g; Tłuszcz: 75.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 285.96 g; W tym cukry: 43.19 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sód: 3253.47 mg;	Wartość energetyczna: 2101.96 kcal; Białko ogółem: 80.62 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 318.78 g; W tym cukry: 77.25 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sód: 2580.84 mg;

Jadłospis 31.08. – 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 4 z 16

03.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paszтет z blachy- drobiowo wieprzowy 80g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,)	
Obiad	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () drobno tarta 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () drobno tarta 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem*. 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Słupki z marchewki 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Słupki z marchewki 50 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek a`la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Brokuł gotowany* 50 g
Przekąska nocna	Banan 150 g	Brzoskwinia 150 g	Banan 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2302.85 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Tłuszcz: 91.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 313.56 g; W tym cukry: 71.94 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sód: 3262.12 mg	Wartość energetyczna: 2089.56 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 282.19 g; W tym cukry: 35.21 g; Błonnik pok.: 37.78 g; Sód: 2801.10 mg;	Wartość energetyczna: 2022.81 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz: 55.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 313.31 g; W tym cukry: 76.40 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sód: 2117.72 mg;

Jadłospis 31.08. – 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 5 z 16

04.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30g	
Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta. 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem*. 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem*. 100 g (GLU PSZ, SEL,)	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kalafior gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem*. 100 g (GLU PSZ, SEL,)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2221.48 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 73.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 331.48 g; W tym cukry: 87.92 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sód: 2252.81 mg;	Wartość energetyczna: 2018.00 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 271.23 g; W tym cukry: 39.02 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sód: 2401.84 mg;	Wartość energetyczna: 2229.42 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 68.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 332.65 g; W tym cukry: 85.43 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sód: 1826.59 mg;

Jadłospis 31.08. – 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 6 z 16

05.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,)Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Rzodkiew biała 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Rzodkiew biała 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,)	
Obiad	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Kluski śląskie* 100 g (JAJ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta. 100 g Brokuł gotowany z olejem*. 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta. 100 g Brokuł gotowany z olejem*. 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Kluski śląskie* 100 g (JAJ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta. 100 g Brokuł gotowany z olejem*. 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Kalafior gotowany* 50 g
Przekąska nocna	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2036.13 kcal; Białko ogółem: 78.04 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 285.44 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sód: 3165.67 mg;	Wartość energetyczna: 2131.97 kcal; Białko ogółem: 93.38 g; Tłuszcz: 83.43 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 284.02 g; W tym cukry: 49.07 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sód: 3568.75 mg;	Wartość energetyczna: 2048.33 kcal; Białko ogółem: 78.75 g; Tłuszcz: 72.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 17.16 g; Sód: 2655.32 mg;

Jadłospis 31.08. – 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 7 z 16

06.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt Ser żółty 50 g (MLE,) Brokuł gotowany* 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Brokuł gotowany* 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Brokuł gotowany* 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE,)
II śniadanie		Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)	
Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Podudzie z kurczaka pieczone 120 g Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta. 100 g Buraczki gotowane z olejem. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta. 100 g Buraczki gotowane z olejem. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem. 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2195.82 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 90.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 274.81 g; W tym cukry: 62.09 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sód: 3187.88 mg;	Wartość energetyczna: 2134.01 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 86.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 263.81 g; W tym cukry: 42.61 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sód: 3398.08 mg;	Wartość energetyczna: 2058.14 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 282.62 g; W tym cukry: 66.36 g; Błonnik pok.: 19.68 g; Sód: 2390.51 mg;

Jadłospis 31.08.– 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 8 z 16

07.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Seler z pietruszką gotowany z olejem 50 g (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,)	
Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z warzywami i tofu*. 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody z olejem*. 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem*. 100 g (SEL,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z warzywami i tofu*. 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody z olejem*. 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem*. 100 g (SEL,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z warzywami i tofu*. 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody z olejem*. 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem*. 100 g (SEL,) Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z papryką 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Słupki z marchewki 50 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z papryką 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Słupki z marchewki 50 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
Przekąska nocna	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2116.49 kcal; Białko ogółem: 60.78 g; Tłuszcz: 67.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 341.89 g; W tym cukry: 109.35 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sód: 2642.38 mg;	Wartość energetyczna: 2019.39 kcal; Białko ogółem: 72.79 g; Tłuszcz: 77.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 290.79 g; W tym cukry: 51.37 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sód: 2661.58 mg	Wartość energetyczna: 2215.54 kcal; Białko ogółem: 65.44 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 349.70 g; W tym cukry: 111.38 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sód: 2222.37 mg;

Jadłospis 31.08. – 13.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 9 z 16

08.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z pomidorów i tuńczyka z koperkiem 100 g (RYB,)
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Marchew gotowana z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Buraczki gotowane plastry 50 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Buraczki gotowane plastry 50 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Buraczki gotowane plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2289.92 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 364.55 g; W tym cukry: 66.70 g; Błonnik pok.: 35.64 g; Sód: 3145.01 mg;	Wartość energetyczna: 2005.87 kcal; Białko ogółem: 85.17 g; Tłuszcz: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 310.60 g; W tym cukry: 37.89 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sód: 2995.69 mg;	Wartość energetyczna: 2152.63 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 350.72 g; W tym cukry: 67.87 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sód: 2589.66 mg;

		Załącznik nr 1 do Procedury – Standard organizacyjny żywienia zbiorowego pacjentów hospitalizowanych – PR/OD12		
		Jadłospis 31.08. – 13.08.2026		Wydanie: 2
		Strona 10 z 16		
09.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna	
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	
II śniadanie		Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)		
Obiad	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka. 200 g (GLU PSZ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Dynia z wody z ziołami i olejem. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka. 200 g (GLU PSZ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Dynia z wody z ziołami i olejem. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka. 200 g (GLU PSZ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kalafior gotowany z olejem* 100 g Dynia z wody z ziołami i olejem. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Pomidor 50 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	
Przekąska nocna	Nektarynka 150 g	Nektarynka 150 g	Banan 150 g	
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2268.87 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 319.70 g; W tym cukry: 80.32 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sód: 3716.09 mg;	Wartość energetyczna: 2038.81 kcal; Białko ogółem: 122.12 g; Tłuszcz: 70.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 256.83 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sód: 3843.19 mg;	Wartość energetyczna: 2418.21 kcal; Białko ogółem: 118.75 g; Tłuszcz: 68.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 345.88 g; W tym cukry: 98.80 g; Błonnik pok.: 20.73 g; Sód: 2375.98 mg;	

Jadłospis 31.08. – 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 1 z 16

10.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Ser żółty 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 150 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (SOJ,MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)	
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany z olejem*. 100 g Surówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany z olejem*. 100 g Surówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany z olejem*. 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Kalarepa 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Kalarepa 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Marchew gotowana z olejem 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2200.98 kcal; Białko ogółem: 81.49 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 315.91 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sód: 3184.83 mg;	Wartość energetyczna: 2221.98 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 86.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.13 g; Węglowodany ogółem: 303.13 g; W tym cukry: 48.42 g; Błonnik pok.: 40.09 g; Sód: 3188.23 mg;	Wartość energetyczna: 2125.95 kcal; Białko ogółem: 75.80 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 321.90 g; W tym cukry: 61.95 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sód: 2765.92 mg;

Jadłospis 31.08. – 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 12 z 16

11.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Twarożek 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Twarożek 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,)	
Obiad	Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 200 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka żydowska z olejem (). 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Surówka żydowska z olejem (). 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
Przekąska nocna	Śliwka 150 g	Śliwka 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2611.47 kcal; Białko ogółem: 121.96 g; Tłuszcz: 89.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 353.51 g; W tym cukry: 84.32 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sód: 2760.16 mg;	Wartość energetyczna: 1972.72 kcal; Białko ogółem: 130.54 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 255.29 g; W tym cukry: 34.14 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sód: 2829.67 mg;	Wartość energetyczna: 2251.72 kcal; Białko ogółem: 126.20 g; Tłuszcz: 53.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 331.48 g; W tym cukry: 90.41 g; Błonnik pok.: 21.83 g; Sód: 2097.29 mg;

Jadłospis 31.08.– 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 13 z 16

12.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Rzodkiew biała 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Rzodkiew biała 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Fasolka szparagowa z wody* 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,)	
Obiad	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JĘCZ,) Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JĘCZ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem. 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paszтет z blachy- drobiowo wieprzowy 80g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,) Słupki z marchewki 50 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Słupki z marchewki 50 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU, PSZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Brokuł gotowany* 50 g
Przekąska nocna	Banan 150 g	Jabłko 150 g	Banan 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2334.05 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 89.81 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 324.12 g; W tym cukry: 78.75 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sód: 3242.64 mg;	Wartość energetyczna: 2031.46 kcal; Białko ogółem: 84.82 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; Węglowodany ogółem: 295.47 g; W tym cukry: 47.72 g; Błonnik pok.: 39.49 g; Sód: 2702.11 mg;	Wartość energetyczna: 2018.83 kcal; Białko ogółem: 72.63 g; Tłuszcz: 53.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 329.61 g; W tym cukry: 82.72 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sód: 2211.97 mg;

Jadłospis 31.08. – 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 14 z 16

13.09.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Pomidor 50 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Jabłko 150 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Pomidor 50 g
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)	
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kapusta biała gotowana z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kapusta biała gotowana z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2139.22 kcal; Białko ogółem: 132.26 g; Tłuszcz: 47.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 316.71 g; W tym cukry: 100.06 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sód: 2643.54 mg;	Wartość energetyczna: 2084.98 kcal; Białko ogółem: 145.94 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.82 g; Węglowodany ogółem: 266.30 g; W tym cukry: 42.08 g; Błonnik pok.: 31.46 g; Sód: 2843.04 mg;	Wartość energetyczna: 2211.29 kcal; Białko ogółem: 134.87 g; Tłuszcz: 46.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 324.71 g; W tym cukry: 103.07 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sód: 2273.28 mg;

Jadłospis 31.08. – 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 15 z 16

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,

SKO - Skorupiaki i pochodne,

JAJ - Jaja i pochodne,

RYB - Ryby i pochodne,

OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,

SOJ - Soja i pochodne,

MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,

ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,

SEL - Seler i pochodne,

GOR - Gorczyca i produkty pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,

S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,

ŁUB - Łubin i produkty pochodne,

MCK - Mięczaki i pochodne,

MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,

GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,

GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,

GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Jadłospis 31.08. – 13.09.2026

Wydanie: **2**

Strona 16 z 16

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sód - Sód,

Sól - Sól,

Potas - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

Ener z B. - % energii z białka,

Ener. z T. - % energii z tłuszczu,

Ener z W. - % energii z węglowodanów,

W tym cukry - w tym cukry,

WW – WW