

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Krakowska parzona, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, fasolka po bretońsku, Chleb wiejski *(glu), Kompot	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, pasta z ryby 40g *(gor, ryb, jaj, mle, siar), Sałata	Brzoskwinia
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Krakowska parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	mieszanek warzywna - 25g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 150g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Fasola biała, nasiona suche - 100g, Kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Cebula - 20g, Mieszanek owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 75g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, jogurt typ grecki *(mle) - 15ml, Makrela, wędzona *(ryb) - 40g, Cebula - 10g, Jaja gotowane *(jaj) - 30g, szynka biała - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Brzoskwinia - 80g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko, siar - Siarka i dwutlenek siarki

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12712 z dnia 10.08.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2126,97 kCal
Witamina C	126,84 mg
Witamina B12	6,82 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,49 mg
Niacyna	20,52 mg
Witamina B2	2,09 mg
Witamina B1	2,02 mg
Witamina E	9,88 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	1,36 mg
Skrobia	201,60 mg
Sól	6951,89 mg
Mangan	6,27 mg
Miedź	1,78 mg
Cynk	13,88 mg
Żelazo	18,34 mg
Magnez	479,22 mg
Fosfor	1752,67 mg
Wapń	941,69 mg
Potas	4626,85 mg
Sód	2779,44 mg
Błonnik pokarmowy	40,64 g
Cukry proste	13,53 g
Węglowodany	307,15 g
Cholesterol	251,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,63 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,47 g
Tłuszcze nienasycone	34,65 g
Tłuszcze nasycone	23,13 g
Tłuszcze	62,16 g
Białka	104,32 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, surówka z marchewki tartej, Kompot	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	mieszanek warzywna - 25g, Marchew - 150g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 600g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Szpinak, mrożony - 35g, Skrobia ziemniaczana - 35g, Białko jaja kurzego - 100g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanek owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12713 z dnia 10.08.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2059,37 kCal
Witamina C	160,80 mg
Witamina B12	2,12 µg
Foliary	0,42 mg
Witamina B6	2,86 mg
Niacyna	16,35 mg
Witamina B2	1,97 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	11,64 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,31 mg
Skrobia	221,51 mg
Sól	6499,54 mg
Mangan	3,11 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	7,46 mg
Żelazo	11,29 mg
Magnez	367,47 mg
Fosfor	1177,77 mg
Wapń	968,49 mg
Potas	5200,45 mg
Sód	2598,27 mg
Błonnik pokarmowy	28,08 g
Cukry proste	20,33 g
Węglowodany	331,64 g
Cholesterol	68,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,35 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,03 g
Tłuszcze nienasycone	34,49 g
Tłuszcze nasycone	16,42 g
Tłuszcze	53,70 g
Białka	91,05 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	→	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kanapka z ogórkiem	zupa jarzynowa 400ml, fasolka po bretońsku, Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	Jabłko	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, pasta z ryby 40g *(gor, ryb, jaj, mle, siar), Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Ogórek - 15g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 45g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 150g, Woda - 500ml, Fasola biała, nasiona suche - 100g, Kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Cebula - 20g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb żytni razowy - 60g	Jabłko - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Cebula - 10g, Jaja gotowane *(jaj) - 30g, jogurt typ grecki *(mle) - 15ml, Makrela, wędzona *(ryb) - 40g, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko, siar - Siarka i dwutlenek siarki

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12714 z dnia 10.08.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2219,60 kCal
Witamina C	153,88 mg
Witamina B12	7,57 µg
Foliiany	0,50 mg
Witamina B6	2,81 mg
Niacyna	20,11 mg
Witamina B2	2,47 mg
Witamina B1	2,13 mg
Witamina E	13,26 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	1,64 mg
Skrobia	181,74 mg
Sól	8695,93 mg
Mangan	9,34 mg
Miedź	2,01 mg
Cynk	16,96 mg
Żelazo	20,23 mg
Magnez	559,33 mg
Fosfor	2093,58 mg
Wapń	1209,44 mg
Potas	5296,23 mg
Sód	3476,75 mg
Blonnik pokarmowy	50,16 g
Cukry proste	21,91 g
Węglowodany	316,08 g
Cholesterol	263,43 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,09 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,40 g
Tłuszcze nienasycone	41,89 g
Tłuszcze nasycone	23,99 g
Tłuszcze	71,10 g
Białka	112,49 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Kasza manna na mleku, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa szczawiowa 400ml *(glu, sel, mle), buraczki duszone, gołąbek w sosie, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Piecówka *(glu), Rzodkiewka, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 3g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 20ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Szczaw - 50g, Marchew - 50g, Burak - 120g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kapusta biała - 220g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Ryż biały - 30g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Koper ogrodowy - 3g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Piecówka - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2281,13 kCal
Witamina C	297,09 mg
Witamina B12	3,09 µg
Foliary	0,58 mg
Witamina B6	3,55 mg
Niacyna	22,48 mg
Witamina B2	2,36 mg
Witamina B1	2,03 mg
Witamina E	12,50 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,82 mg
Skrobia	205,43 mg
Sól	4187,34 mg
Mangan	5,70 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	13,00 mg
Żelazo	14,83 mg
Magnez	423,44 mg
Fosfor	1565,91 mg
Wapń	1258,41 mg
Potas	6449,90 mg
Sód	1717,34 mg
Błonnik pokarmowy	37,59 g
Cukry proste	49,10 g
Węglowodany	358,00 g
Cholesterol	130,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,88 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,39 g
Tłuszcze nienasycone	26,53 g
Tłuszcze nasycone	24,11 g
Tłuszcze	59,15 g
Białka	97,15 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	↪	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	↻	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Koper ogrodowy - 17g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 55g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Marchew - 120g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, łopatka - 80g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Cukier - 1g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 140g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12729 z dnia 11.08.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2228,93 kCal
Witamina C	174,53 mg
Witamina B12	3,88 µg
Foliiany	0,58 mg
Witamina B6	2,88 mg
Niacyna	20,69 mg
Witamina B2	2,37 mg
Witamina B1	1,78 mg
Witamina E	10,92 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,81 mg
Skrobia	202,40 mg
Sól	4272,45 mg
Mangan	3,84 mg
Miedź	1,62 mg
Cynk	12,08 mg
Żelazo	14,35 mg
Magnez	357,56 mg
Fosfor	1499,30 mg
Wapń	1016,85 mg
Potas	5553,04 mg
Sód	1916,33 mg
Błonnik pokarmowy	32,37 g
Cukry proste	27,52 g
Węglowodany	332,22 g
Cholesterol	371,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,68 g
Tłuszcze nienasycone	29,02 g
Tłuszcze nasycone	23,37 g
Tłuszcze	57,98 g
Białka	110,11 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Ogórek, Sałata, twaróg z zieleciną	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	zupa zaciekowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, Kompot, surówka z kapusty czerwonej, Ziemniaki, gotowane w wodzie	kanapka z wędliną	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Sok pomidorowy, z witaminami C i E
	G	Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 300ml, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Koper ogrodowy - 7g, Ziemniaki, średnio - 290g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 45g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Marchew - 60g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, łopatka - 80g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kapusta czerwona - 90g, Olej rzepakowy - 5g, ocet - 2g, Cebula - 20g, Jabłko - 50g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 300g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Sok pomidorowy, z witaminami C i E - 330g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12730 z dnia 11.08.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2300,70 kCal
Witamina C	372,97 mg
Witamina B12	4,07 µg
Foliiany	0,61 mg
Witamina B6	4,23 mg
Niacyna	27,29 mg
Witamina B2	2,92 mg
Witamina B1	2,36 mg
Witamina E	25,98 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,60 mg
Skrobia	238,12 mg
Sól	6762,72 mg
Mangan	7,19 mg
Miedź	2,35 mg
Cynk	16,88 mg
Żelazo	17,76 mg
Magnez	529,25 mg
Fosfor	2011,08 mg
Wapń	1086,27 mg
Potas	7737,22 mg
Sód	2654,37 mg
Błonnik pokarmowy	43,64 g
Cukry proste	29,36 g
Węglowodany	373,01 g
Cholesterol	339,63 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,85 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,69 g
Tłuszcze nienasycone	31,42 g
Tłuszcze nasycone	15,98 g
Tłuszcze	51,11 g
Białka	108,32 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Gruszka, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser, gouda tłusty *(mle)	Pulpet drobiowy w sosie, marchew duszona z groszkiem, Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Banan
	G	Woda - 50ml, Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Gruszka - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser, gouda tłusty - 50g	Pietruszka, korzeń - 45g, Marchew - 165g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 25g, Groszek zielony - 5g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kalafior, mrożony - 30g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Banan - 240g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12739 z dnia 12.08.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2227,97 kCal
Witamina C	127,00 mg
Witamina B12	3,13 µg
Foliary	0,43 mg
Witamina B6	2,97 mg
Niacyna	15,86 mg
Witamina B2	2,11 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	10,15 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,32 mg
Skrobia	183,01 mg
Sól	5550,57 mg
Mangan	6,46 mg
Miedź	1,85 mg
Cynk	12,12 mg
Żelazo	12,33 mg
Magnez	450,41 mg
Fosfor	1683,49 mg
Wapń	1192,31 mg
Potas	4960,69 mg
Sód	2098,58 mg
Błonnik pokarmowy	36,49 g
Cukry proste	43,38 g
Węglowodany	350,63 g
Cholesterol	195,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,52 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,38 g
Tłuszcze nienasycone	37,60 g
Tłuszcze nasycone	23,68 g
Tłuszcze	66,04 g
Białka	91,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	↵	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeni *(Mió), Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Woda - 50ml, Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 55g, Pietruszka, liście - 10g, Olej rzepakowy - 5g, Noga (udo) kurczaka - 150g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeni - 25g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12740 z dnia 12.08.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2156,01 kCal
Witamina C	184,11 mg
Witamina B12	3,33 µg
Foliary	0,51 mg
Witamina B6	2,55 mg
Niacyna	17,63 mg
Witamina B2	2,41 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	11,81 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,93 mg
Skrobia	166,85 mg
Sól	4709,06 mg
Mangan	4,30 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	10,61 mg
Żelazo	12,59 mg
Magnez	365,43 mg
Fosfor	1681,12 mg
Wapń	942,53 mg
Potas	4416,52 mg
Sód	1882,19 mg
Blonnik pokarmowy	29,02 g
Cukry proste	13,89 g
Węglowodany	293,20 g
Cholesterol	205,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,85 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,96 g
Tłuszcze nienasycone	39,84 g
Tłuszcze nasycone	23,86 g
Tłuszcze	68,67 g
Białka	105,37 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	kanapka z rzodkiewką	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, pęczak *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłko	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Sok pomidorowy
	G	Woda - 50ml, Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Rzodkiewka - 30g, Sałata - 2g	Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 5g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Pietruszka, korzeń - 35g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kalafior, mrożony - 40g, Ziemniaki, średnio - 290g, Marchew - 20g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Kasza jęczmienna, pęczak - 150g	Jabłko - 80g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Sok pomidorowy - 330g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12741 z dnia 12.08.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2375,76 kCal
Witamina C	258,96 mg
Witamina B12	2,40 µg
Foliiany	0,53 mg
Witamina B6	3,41 mg
Niacyna	22,50 mg
Witamina B2	2,07 mg
Witamina B1	1,64 mg
Witamina E	17,50 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,48 mg
Skrobia	255,09 mg
Sól	7002,62 mg
Mangan	8,50 mg
Miedź	2,13 mg
Cynk	13,86 mg
Żelazo	17,56 mg
Magnez	497,49 mg
Fosfor	1859,92 mg
Wapń	851,37 mg
Potas	5655,75 mg
Sód	2798,35 mg
Blonnik pokarmowy	44,49 g
Cukry proste	26,37 g
Węglowodany	371,39 g
Cholesterol	184,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,63 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,76 g
Tłuszcze nienasycone	39,84 g
Tłuszcze nasycone	20,12 g
Tłuszcze	65,08 g
Białka	97,83 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	↵	zupa mleczna z ryżem 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pieczeń chlebowa w przyprawach, Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, sznycel drobiowy 100g, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Napój mleczny jogurtowy
	⤵	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pieczeń chlebowa w przyprawach - 1g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 2g, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 100g, Bułka tarta *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Olej rzepakowy - 20g, Kapusta biała - 90g, Cebula - 10g, Por - 10g, Koper ogrodowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12749 z dnia 13.08.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2193,78 kCal
Witamina C	192,61 mg
Witamina B12	3,68 µg
Foliary	0,39 mg
Witamina B6	2,88 mg
Niacyna	25,24 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	1,25 mg
Witamina E	15,61 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,12 mg
Skrobia	184,16 mg
Sól	5734,91 mg
Mangan	4,72 mg
Miedź	1,39 mg
Cynk	10,01 mg
Żelazo	11,28 mg
Magnez	384,73 mg
Fosfor	1660,28 mg
Wapń	1260,86 mg
Potas	4827,65 mg
Sód	2292,03 mg
Błonnik pokarmowy	29,33 g
Cukry proste	15,58 g
Węglowodany	304,39 g
Cholesterol	179,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,64 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,91 g
Tłuszcze nienasycone	38,55 g
Tłuszcze nasycone	22,41 g
Tłuszcze	71,26 g
Białka	97,15 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, schab duszony w sosie własnym, marchewka gotowana, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 25g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 190g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 250ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ziemniaki, średnio - 300g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy - 330g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12750 z dnia 13.08.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	1929,23 kCal
Witamina C	130,71 mg
Witamina B12	2,93 µg
Foliary	0,36 mg
Witamina B6	2,86 mg
Niacyna	26,03 mg
Witamina B2	1,78 mg
Witamina B1	2,18 mg
Witamina E	14,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,94 mg
Skrobia	176,94 mg
Sól	5341,11 mg
Mangan	3,39 mg
Miedź	1,39 mg
Cynk	9,15 mg
Żelazo	11,94 mg
Magnez	336,98 mg
Fosfor	1334,28 mg
Wapń	862,56 mg
Potas	4896,90 mg
Sód	2134,98 mg
Błonnik pokarmowy	25,41 g
Cukry proste	20,44 g
Węglowodany	280,09 g
Cholesterol	112,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,29 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,86 g
Tłuszcze nienasycone	40,95 g
Tłuszcze nasycone	17,36 g
Tłuszcze	61,22 g
Białka	92,16 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, schab duszony w sosie własnym, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 140g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 500ml, Smietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 15g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Kapusta biała - 90g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g	Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 15g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12751 z dnia 13.08.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2161,50 kCal
Witamina C	207,48 mg
Witamina B12	4,18 µg
Foliary	0,38 mg
Witamina B6	3,15 mg
Niacyna	25,05 mg
Witamina B2	2,48 mg
Witamina B1	2,35 mg
Witamina E	16,48 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,19 mg
Skrobia	168,72 mg
Sól	6691,71 mg
Mangan	6,38 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	13,42 mg
Żelazo	12,69 mg
Magnez	425,56 mg
Fosfor	1812,90 mg
Wapń	1425,39 mg
Potas	5310,63 mg
Sód	3027,96 mg
Blonnik pokarmowy	32,79 g
Cukry proste	20,47 g
Węglowodany	285,66 g
Cholesterol	139,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,89 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,66 g
Tłuszcze nienasycone	45,36 g
Tłuszcze nasycone	22,92 g
Tłuszcze	73,10 g
Białka	121,61 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Banan, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grysikowa 400ml, kotlet z rybny I *(glu, ryb, jaj, sel), Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Banan - 150g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 490g, Marchew - 95g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Olej rzepakowy - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, miruna ryba - 90g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kapusta pekińska - 90g, Papryka czerwona - 45g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Cukier - 1g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12761 z dnia 14.08.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2367,55 kCal
Witamina C	233,29 mg
Witamina B12	5,18 µg
Foliary	0,56 mg
Witamina B6	3,71 mg
Niacyna	16,59 mg
Witamina B2	3,18 mg
Witamina B1	1,35 mg
Witamina E	13,55 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,20 mg
Skrobia	196,07 mg
Sól	3553,81 mg
Mangan	5,00 mg
Miedź	1,70 mg
Cynk	12,31 mg
Żelazo	13,10 mg
Magnez	425,99 mg
Fosfor	2024,15 mg
Wapń	1074,97 mg
Potas	5999,15 mg
Sód	1423,69 mg
Błonnik pokarmowy	32,84 g
Cukry proste	27,17 g
Węglowodany	341,91 g
Cholesterol	531,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,66 g
Tłuszcze nienasycone	37,08 g
Tłuszcze nasycone	23,69 g
Tłuszcze	65,91 g
Białka	117,48 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleciną	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, pasta z jaj, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 450g, Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 90g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 100g, Koper ogrodowy - 2g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12762 z dnia 14.08.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2174,34 kCal
Witamina C	139,22 mg
Witamina B12	5,17 µg
Foliary	0,45 mg
Witamina B6	2,66 mg
Niacyna	14,89 mg
Witamina B2	2,75 mg
Witamina B1	1,29 mg
Witamina E	12,84 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,21 mg
Skrobia	206,18 mg
Sól	3271,01 mg
Mangan	3,25 mg
Miedź	1,48 mg
Cynk	10,56 mg
Żelazo	11,46 mg
Magnez	347,18 mg
Fosfor	1768,61 mg
Wapń	1144,35 mg
Potas	5152,24 mg
Sód	1358,85 mg
Blonnik pokarmowy	28,44 g
Cukry proste	21,13 g
Węglowodany	312,21 g
Cholesterol	522,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,73 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,14 g
Tłuszcze nienasycone	35,11 g
Tłuszcze nasycone	23,47 g
Tłuszcze	63,45 g
Białka	98,58 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	↪	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle), Szczypiorek	SKYR naturalny *(mle)	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kanapka z pomidorem	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Jabłko
	↻	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g, Szczypiorek - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 450g, Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 90g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Kapusta pekińska - 90g, Papryka czerwona - 15g, Olej rzepakowy - 5g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2184,11 kCal
Witamina C	166,41 mg
Witamina B12	4,16 µg
Foliary	0,48 mg
Witamina B6	2,82 mg
Niacyna	13,97 mg
Witamina B2	2,41 mg
Witamina B1	1,26 mg
Witamina E	12,10 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,24 mg
Skrobia	214,22 mg
Sól	3759,48 mg
Mangan	6,67 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	12,79 mg
Żelazo	13,56 mg
Magnez	391,94 mg
Fosfor	1796,35 mg
Wapń	1089,66 mg
Potas	5122,28 mg
Sód	1638,13 mg
Blonnik pokarmowy	35,47 g
Cukry proste	25,52 g
Węglowodany	323,38 g
Cholesterol	509,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,24 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,65 g
Tłuszcze nienasycone	32,90 g
Tłuszcze nasycone	20,17 g
Tłuszcze	58,07 g
Białka	108,77 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	kielbasa żywiecka, zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata, Ser topiony, edamski	babka ziemniaczana, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, zupa koperkowa	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, kielbasa żywiecka - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, Ser topiony, edamski - 17g	kielbasa podwawelska *(gor, glu) - 35g, Jaja kurze całe *(jaj) - 50g, Olej rzepakowy - 7g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 70ml, Ziemniaki, wczesne - 400g, Cebula - 50g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 50g, Musztarda - 3g, Marchew - 80g, Koper ogrodowy - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 200g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	skyr owocowy *(mle) - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12774 z dnia 15.08.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2250,34 kCal
Witamina C	194,41 mg
Witamina B12	3,25 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,85 mg
Niacyna	15,97 mg
Witamina B2	2,06 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	11,23 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	227,81 mg
Sól	5921,46 mg
Mangan	4,90 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	10,28 mg
Żelazo	12,39 mg
Magnez	391,08 mg
Fosfor	1494,61 mg
Wapń	1173,89 mg
Potas	5289,12 mg
Sód	2366,02 mg
Błonnik pokarmowy	31,69 g
Cukry proste	28,41 g
Węglowodany	344,69 g
Cholesterol	256,89 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,33 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,78 g
Tłuszcze nienasycone	41,39 g
Tłuszcze nasycone	22,44 g
Tłuszcze	67,32 g
Białka	94,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	marmolada wieloowocowa, polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb pszenny, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb pszenny, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Kiwi
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, marmolada wieloowocowa - 40g, polędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb pszenny - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 25g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Marchew - 85g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Koper ogrodowy - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Noga (udo) kurczaka - 60g, mieszanka warzywna - 35g, Chleb pszenny - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 30g	Kiwi - 70g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12775 z dnia 15.08.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2156,60 kCal
Witamina C	265,99 mg
Witamina B12	2,26 µg
Foliary	0,53 mg
Witamina B6	3,92 mg
Niacyna	19,30 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,42 mg
Witamina E	10,65 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,24 mg
Skrobia	201,82 mg
Sól	4695,65 mg
Mangan	3,52 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	8,58 mg
Żelazo	12,71 mg
Magnez	414,90 mg
Fosfor	1323,40 mg
Wapń	872,60 mg
Potas	5989,75 mg
Sód	2000,10 mg
Błonnik pokarmowy	31,77 g
Cukry proste	44,49 g
Węglowodany	321,69 g
Cholesterol	249,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,12 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,57 g
Tłuszcze nienasycone	25,06 g
Tłuszcze nasycone	19,96 g
Tłuszcze	54,03 g
Białka	109,81 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	→	polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)	gulasz z indyka, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	kanapka z wędliną
	↺	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Ziemniaki, średnio - 150g, Woda - 300ml, polędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta czerwona - 90g, Cebula - 30g, Jabłko - 50g, Musztarda - 1g, Olej rzepakowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 500g, Śmietana, 12% tłuszczu - 5g, Koper ogrodowy - 15g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 10g, Chleb żytni razowy *(glu) - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2294,52 kCal
Witamina C	265,42 mg
Witamina B12	3,94 µg
Foliiany	0,54 mg
Witamina B6	4,46 mg
Niacyna	19,58 mg
Witamina B2	3,27 mg
Witamina B1	1,74 mg
Witamina E	14,54 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,32 mg
Skrobia	202,42 mg
Sól	7250,30 mg
Mangan	7,92 mg
Miedź	2,19 mg
Cynk	14,22 mg
Żelazo	17,01 mg
Magnez	564,40 mg
Fosfor	1858,22 mg
Wapń	1433,13 mg
Potas	7326,78 mg
Sód	3021,48 mg
Błonnik pokarmowy	47,00 g
Cukry proste	24,25 g
Węglowodany	349,01 g
Cholesterol	207,25 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,55 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,82 g
Tłuszcze nienasycone	27,12 g
Tłuszcze nasycone	19,44 g
Tłuszcze	55,09 g
Białka	120,88 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	zupa krupnik 400ml, kurczak pieczony, ryż gotowany, Kompot, sałata z sosem winegret 120g	mielonka tyrolska *(glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy
	G	Marchew - 50g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Pietruszka, liście - 7g, Marchew - 70g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 220g, Ryż biały - 60g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Sałata - 90g, Olej rzepakowy - 15g, Koper ogrodowy - 5g, Szczypiorek - 20g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, mielonka tyrolska - 30g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy - 330g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12787 z dnia 16.08.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2193,98 kCal
Witamina C	149,54 mg
Witamina B12	3,20 µg
Foliary	0,38 mg
Witamina B6	2,84 mg
Niacyna	18,85 mg
Witamina B2	2,29 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	14,30 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,05 mg
Skrobia	157,85 mg
Sól	4713,46 mg
Mangan	4,89 mg
Miedź	1,62 mg
Cynk	11,78 mg
Żelazo	11,88 mg
Magnez	364,43 mg
Fosfor	1681,18 mg
Wapń	911,76 mg
Potas	4763,00 mg
Sód	1923,63 mg
Błonnik pokarmowy	28,24 g
Cukry proste	28,52 g
Węglowodany	293,97 g
Cholesterol	256,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,36 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,90 g
Tłuszcze nienasycone	42,65 g
Tłuszcze nasycone	21,42 g
Tłuszcze	71,23 g
Białka	108,64 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	↪	szynka śląska, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa krupnik 400ml, Pulpety drobiowe w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	Brzoskwinia
	G	Marchew - 50g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 60g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 70g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Brzoskwinia - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12788 z dnia 16.08.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2030,59 kCal
Witamina C	195,95 mg
Witamina B12	2,76 µg
Foliary	0,40 mg
Witamina B6	2,98 mg
Niacyna	20,16 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	10,98 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,63 mg
Skrobia	169,58 mg
Sól	5180,67 mg
Mangan	3,29 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	8,56 mg
Żelazo	10,96 mg
Magnez	358,11 mg
Fosfor	1378,35 mg
Wapń	849,79 mg
Potas	5389,17 mg
Sód	1974,07 mg
Błonnik pokarmowy	29,70 g
Cukry proste	19,77 g
Węglowodany	300,61 g
Cholesterol	190,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,89 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,59 g
Tłuszcze nienasycone	32,83 g
Tłuszcze nasycone	21,83 g
Tłuszcze	59,03 g
Białka	90,17 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	szynka śląska, zupa warzywna, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	kanapka z pomidorem	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	surówka z kapusty białej	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 7g, Ziemniaki, średnio - 200g, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 1g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 5g, Marchew - 60g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kapusta biała - 90g, Olej rzepakowy - 10g, Marchew - 20g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 20g, Koper ogrodowy - 2g, ocet - 1g, Cukier - 2g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12789 z dnia 16.08.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2211,76 kCal
Witamina C	326,86 mg
Witamina B12	1,36 µg
Foliiany	0,56 mg
Witamina B6	3,83 mg
Niacyna	22,39 mg
Witamina B2	1,63 mg
Witamina B1	1,52 mg
Witamina E	15,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,29 mg
Skrobia	218,73 mg
Sól	5867,67 mg
Mangan	7,34 mg
Miedź	1,97 mg
Cynk	11,58 mg
Żelazo	14,19 mg
Magnez	451,80 mg
Fosfor	1456,60 mg
Wapń	688,58 mg
Potas	6149,78 mg
Sód	2674,44 mg
Błonnik pokarmowy	43,74 g
Cukry proste	24,12 g
Węglowodany	331,46 g
Cholesterol	145,01 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,45 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,89 g
Tłuszcze nienasycone	39,46 g
Tłuszcze nasycone	19,14 g
Tłuszcze	64,33 g
Białka	99,88 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	kielbasa biała parzona, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser, edamski tłusty	zupz szpinakowa 400ml, pyzy z mięsem, Kompot, surówka z kapusty czerwonej	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kaszanka z cebulą, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Płatki owsiane - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, kielbasa biała parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, edamski tłusty - 30g	Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Noga (udo) kurczaka - 40g, Wieprzowina, łopatka - 40g, Cebula - 30g, Skrobia ziemniaczana - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, ocet - 2g, Cukier - 5g, Jabłko - 20g, Kapusta czerwona - 90g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kasza gryczana - 90g, Cebula - 20g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2398,00 kCal
Witamina C	245,06 mg
Witamina B12	4,40 µg
Foliary	0,48 mg
Witamina B6	3,74 mg
Niacyna	20,60 mg
Witamina B2	2,73 mg
Witamina B1	2,20 mg
Witamina E	13,63 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,03 mg
Skrobia	238,19 mg
Sól	4830,69 mg
Mangan	7,33 mg
Miedź	1,99 mg
Cynk	16,16 mg
Żelazo	14,68 mg
Magnez	635,25 mg
Fosfor	2263,88 mg
Wapń	1505,52 mg
Potas	5890,98 mg
Sód	1930,36 mg
Błonnik pokarmowy	34,95 g
Cukry proste	16,97 g
Węglowodany	354,58 g
Cholesterol	223,68 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,18 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,00 g
Tłuszcze nienasycone	39,53 g
Tłuszcze nasycone	26,51 g
Tłuszcze	70,29 g
Białka	103,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	płatki owsiane na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	kielbasa biała parzona, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	G	Woda - 50ml, Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab biały *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Truskawki, mrożone - 200g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 40g, Marchew - 70g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Szpinak, mrożony - 35g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, kielbasa biała parzona - 90g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12799 z dnia 17.08.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2150,13 kCal
Witamina C	241,38 mg
Witamina B12	3,01 µg
Foliary	0,49 mg
Witamina B6	2,21 mg
Niacyna	13,71 mg
Witamina B2	2,06 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	9,93 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,03 mg
Skrobia	208,32 mg
Sól	5383,84 mg
Mangan	4,52 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	9,08 mg
Żelazo	12,17 mg
Magnez	344,75 mg
Fosfor	1387,03 mg
Wapń	1022,32 mg
Potas	4145,38 mg
Sód	2176,21 mg
Błonnik pokarmowy	28,53 g
Cukry proste	26,00 g
Węglowodany	304,57 g
Cholesterol	252,28 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,73 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,44 g
Tłuszcze nienasycone	34,60 g
Tłuszcze nasycone	24,44 g
Tłuszcze	63,06 g
Białka	105,99 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.08.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata, Schab biały *(soj)	kanapka z pomidorem	zupz szpinakowa 400ml, pyzy z mięsem, Kompot, surówka z czerwonej kapusty	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, Szynka wieprzowa, gotowana	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Schab biały *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Ziemniaki, średnio - 640g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Szpinak, mrożony - 25g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Noga (udo) kurczaka - 40g, Wieprzowina, łopatka - 40g, Cebula - 30g, Marchew - 50g, Skrobia ziemniaczana - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 15g, Olej rzepakowy - 5g	Jabłko - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g, Szynka wieprzowa, gotowana - 30g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12800 z dnia 17.08.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2384,08 kCal
Witamina C	271,30 mg
Witamina B12	5,21 µg
Foliiany	0,53 mg
Witamina B6	3,83 mg
Niacyna	22,39 mg
Witamina B2	2,75 mg
Witamina B1	2,04 mg
Witamina E	15,22 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,94 mg
Skrobia	228,02 mg
Sól	5305,04 mg
Mangan	7,85 mg
Miedź	2,14 mg
Cynk	15,20 mg
Żelazo	15,78 mg
Magnez	513,35 mg
Fosfor	2024,98 mg
Wapń	1229,07 mg
Potas	6546,78 mg
Sód	2159,46 mg
Błonnik pokarmowy	40,01 g
Cukry proste	25,93 g
Węglowodany	358,13 g
Cholesterol	414,83 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,42 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,45 g
Tłuszcze nienasycone	36,87 g
Tłuszcze nasycone	24,46 g
Tłuszcze	68,33 g
Białka	105,11 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Kompot, sałata z sosem winegret 120g, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Krakowska parzona, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Sałata - 90g, Olej rzepakowy - 5g, Koper ogrodowy - 7g, Pietruszka, liście - 7g, Rzodkiewka - 20g, Wieprzowina, karkówka - 120g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Krakowska parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2077,89 kCal
Witamina C	178,04 mg
Witamina B12	2,98 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	2,91 mg
Niacyna	20,60 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	1,98 mg
Witamina E	10,60 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,11 mg
Skrobia	183,10 mg
Sól	4523,57 mg
Mangan	4,66 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	12,46 mg
Żelazo	12,37 mg
Magnez	358,91 mg
Fosfor	1409,20 mg
Wapń	1017,89 mg
Potas	5201,77 mg
Sód	1852,92 mg
Błonnik pokarmowy	29,65 g
Cukry proste	34,08 g
Węglowodany	292,16 g
Cholesterol	142,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,90 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,60 g
Tłuszcze nienasycone	36,48 g
Tłuszcze nasycone	25,80 g
Tłuszcze	66,35 g
Białka	91,64 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	↪	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, twaróg z zielenią	pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Dżem morelowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	↻	Woda - 50ml, Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Koper ogrodowy - 7g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 40g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 75g, Dżem morelowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2166,72 kCal
Witamina C	181.06 mg
Witamina B12	4,11 µg
Foliary	0,51 mg
Witamina B6	3,31 mg
Niacyna	21,51 mg
Witamina B2	2,69 mg
Witamina B1	1,90 mg
Witamina E	9,23 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,09 mg
Skrobia	181,44 mg
Sól	3978,08 mg
Mangan	3,71 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	12,11 mg
Żelazo	12,52 mg
Magnez	358,26 mg
Fosfor	1683,84 mg
Wapń	968,63 mg
Potas	5732,53 mg
Sód	1541,40 mg
Błonnik pokarmowy	28,05 g
Cukry proste	28,04 g
Węglowodany	321,75 g
Cholesterol	168,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,22 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,56 g
Tłuszcze nienasycone	28,72 g
Tłuszcze nasycone	23,57 g
Tłuszcze	55,54 g
Białka	108,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.08.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Szczypiorek, twaróg z zieleniną	Jabłko	Kompot, sałata z sosem winegret 120g, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kanapka z ogórkiem	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Szczypiorek - 10g	Jabłko - 120g	Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Sałata - 90g, Olej rzepakowy - 5g, Koper ogrodowy - 7g, Pietruszka, liście - 7g, Rzodkiewka - 20g, Marchew - 65g, Pietruszka, korzeń - 25g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Wieprzowina, karkówka - 120g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g	Ogórek - 25g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2120,03 kCal
Witamina C	189,35 mg
Witamina B12	3,97 µg
Foliary	0,47 mg
Witamina B6	3,13 mg
Niacyna	20,90 mg
Witamina B2	2,50 mg
Witamina B1	2,12 mg
Witamina E	12,27 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,96 mg
Skrobia	189,26 mg
Sól	4711,52 mg
Mangan	6,83 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	15,21 mg
Żelazo	13,92 mg
Magnez	428,70 mg
Fosfor	1789,03 mg
Wapń	1106,22 mg
Potas	5771,07 mg
Sód	1882,72 mg
Błonnik pokarmowy	36,23 g
Cukry proste	21,62 g
Węglowodany	304,03 g
Cholesterol	159,83 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,30 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,86 g
Tłuszcze nienasycone	36,31 g
Tłuszcze nasycone	25,49 g
Tłuszcze	66,55 g
Białka	94,20 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	↵	Pasztet z kurczaka, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Papryka czerwona, Sałata	zupa grochowa 400ml, kurczak pieczony, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta z łososia wędzonego, Sałata	Banan
	↻	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pasztet z kurczaka - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Groch, nasiona suche - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Marchew - 170g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Cebula - 20g, Kiełbasa śląska - 15g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 220g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Koper ogrodowy - 15g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 25g, łosoś brzuszek - 35g, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Banan - 180g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12824 z dnia 19.08.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2379,80 kCal
Witamina C	185,32 mg
Witamina B12	3,36 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	4,19 mg
Niacyna	23,66 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,66 mg
Witamina E	10,10 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,59 mg
Skrobia	183,27 mg
Sól	6252,85 mg
Mangan	5,75 mg
Miedź	1,96 mg
Cynk	13,47 mg
Żelazo	13,89 mg
Magnez	510,60 mg
Fosfor	1907,80 mg
Wapń	914,85 mg
Potas	6447,55 mg
Sód	2568,90 mg
Błonnik pokarmowy	37,56 g
Cukry proste	28,54 g
Węglowodany	339,07 g
Cholesterol	269,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,99 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,10 g
Tłuszcze nienasycone	36,63 g
Tłuszcze nasycone	21,52 g
Tłuszcze	74,58 g
Białka	116,46 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	→	kiełbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa grysikowa 400ml, Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Brzoskwinia
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 150g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Olej rzepakowy - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Brzoskwinia - 100g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12825 z dnia 19.08.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2015,57 kCal
Witamina C	135,23 mg
Witamina B12	3,49 µg
Foliiany	0,34 mg
Witamina B6	2,07 mg
Niacyna	16,15 mg
Witamina B2	2,19 mg
Witamina B1	1,06 mg
Witamina E	12,74 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,14 mg
Skrobia	163,33 mg
Sól	5321,79 mg
Mangan	3,36 mg
Miedź	1,22 mg
Cynk	9,16 mg
Żelazo	10,60 mg
Magnez	342,02 mg
Fosfor	1570,52 mg
Wapń	1056,19 mg
Potas	4054,60 mg
Sód	1983,12 mg
Blonnik pokarmowy	24,74 g
Cukry proste	11,65 g
Węglowodany	275,91 g
Cholesterol	242,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,55 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,44 g
Tłuszcze nienasycone	39,61 g
Tłuszcze nasycone	21,02 g
Tłuszcze	65,50 g
Białka	92,16 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.08.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	kiełbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)	zupa grysikowa 400ml, Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	Jabłko	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, pasta z łososia wędzonego, Sałata	kanapka z wędliną
	↺	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 140g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 150g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Olej rzepakowy - 10g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Koper ogrodowy - 15g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 25g, łosoś brzuski - 35g, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2356,44 kCal
Witamina C	198,69 mg
Witamina B12	3,21 µg
Foliiany	0,38 mg
Witamina B6	2,34 mg
Niacyna	16,18 mg
Witamina B2	2,17 mg
Witamina B1	1,18 mg
Witamina E	15,18 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,53 mg
Skrobia	169,60 mg
Sól	6964,54 mg
Mangan	6,64 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	12,21 mg
Żelazo	12,93 mg
Magnez	389,15 mg
Fosfor	1711,04 mg
Wapń	1029,82 mg
Potas	4210,93 mg
Sód	3062,95 mg
Błonnik pokarmowy	33,99 g
Cukry proste	25,12 g
Węglowodany	296,36 g
Cholesterol	243,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,46 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,61 g
Tłuszcze nienasycone	42,70 g
Tłuszcze nasycone	24,31 g
Tłuszcze	85,47 g
Białka	118,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	Krakowska parzona, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, makaron spaghetti, Kompot, Ogórek	marmolada wieloowocowa, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Krakowska parzona - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 140g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, Pietruszka, liście - 9g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Pietruszka, korzeń - 35g, Cebula - 30g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Olej rzepakowy - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Wieprzowina, łopatka - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ogórek - 120g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab biały *(soj) - 1g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2269,03 kCal
Witamina C	108,29 mg
Witamina B12	3,94 µg
Foliary	0,41 mg
Witamina B6	2,33 mg
Niacyna	18,68 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	1,77 mg
Witamina E	10,29 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,93 mg
Skrobia	183,40 mg
Sól	4976,38 mg
Mangan	4,55 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	12,58 mg
Żelazo	11,93 mg
Magnez	340,71 mg
Fosfor	1586,43 mg
Wapń	987,55 mg
Potas	4308,62 mg
Sód	2021,30 mg
Błonnik pokarmowy	31,44 g
Cukry proste	36,86 g
Węglowodany	326,33 g
Cholesterol	196,52 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,67 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,20 g
Tłuszcze nienasycone	34,97 g
Tłuszcze nasycone	24,34 g
Tłuszcze	64,14 g
Białka	114,91 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 25g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 70g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, szynka surowa - 140g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2017,98 kCal
Witamina C	197,68 mg
Witamina B12	3,67 µg
Foliary	0,47 mg
Witamina B6	3,57 mg
Niacyna	26,55 mg
Witamina B2	2,31 mg
Witamina B1	2,73 mg
Witamina E	11,18 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,88 mg
Skrobia	197,83 mg
Sól	4959,89 mg
Mangan	3,45 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	11,45 mg
Żelazo	13,10 mg
Magnez	403,95 mg
Fosfor	1561,93 mg
Wapń	1072,37 mg
Potas	6050,73 mg
Sód	1981,96 mg
Błonnik pokarmowy	29,99 g
Cukry proste	14,95 g
Węglowodany	297,67 g
Cholesterol	190,33 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,76 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,76 g
Tłuszcze nienasycone	36,97 g
Tłuszcze nasycone	20,04 g
Tłuszcze	60,06 g
Białka	100,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.08.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6):	→	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	kanapka z papryką	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	surówka z kapusty białej	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	pieczywo chrupkie żytnie *(glu)
	↺	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Papryka czerwona - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, mieszanka warzywna - 20g, Marchew - 35g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 8g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 140g	Koper ogrodowy - 2g, Kapusta biała - 80g, Olej rzepakowy - 2g, Marchew - 30g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Chleb chrupki - 30g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2122,62 kCal
Witamina C	246,18 mg
Witamina B12	2,76 µg
Foliary	0,51 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	21,49 mg
Witamina B2	2,05 mg
Witamina B1	2,09 mg
Witamina E	15,84 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	214,16 mg
Sól	7825,09 mg
Mangan	7,85 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	13,78 mg
Żelazo	15,54 mg
Magnez	447,44 mg
Fosfor	1607,41 mg
Wapń	932,55 mg
Potas	5665,83 mg
Sód	3128,31 mg
Blonnik pokarmowy	38,83 g
Cukry proste	18,91 g
Węglowodany	320,36 g
Cholesterol	170,21 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,96 g
Tłuszcze nienasycone	42,42 g
Tłuszcze nasycone	19,83 g
Tłuszcze	65,87 g
Białka	95,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	J	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser, gouda tłusty *(mle)	Filet rybny zapiekany *(glu, ryb, mle), kapuśniak z kiszonej kapusty, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	kiełbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, sałatka makaronowa I	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Woda - 50ml, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, gouda tłusty - 50g	filety zapiekane z serem *(glu, mle) - 100g, Kapusta kwaszona - 80g, Marchew - 40g, Pietruszka, korzeń - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 18g, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 100g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Papryka czerwona - 60g, Ogórek - 60g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 20g, Koper ogrodowy - 3g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 40g, kiełbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, ryb - Ryby, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12853 z dnia 21.08.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2247,22 kCal
Witamina C	251,02 mg
Witamina B12	4,68 µg
Foliary	0,40 mg
Witamina B6	2,95 mg
Niacyna	15,62 mg
Witamina B2	2,25 mg
Witamina B1	1,29 mg
Witamina E	10,20 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,77 mg
Skrobia	179,60 mg
Sól	6392,38 mg
Mangan	4,35 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	11,00 mg
Żelazo	10,69 mg
Magnez	389,87 mg
Fosfor	1672,61 mg
Wapń	1579,84 mg
Potas	5332,21 mg
Sód	2055,12 mg
Błonnik pokarmowy	33,36 g
Cukry proste	23,10 g
Węglowodany	329,32 g
Cholesterol	135,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,46 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,41 g
Tłuszcze nienasycone	35,27 g
Tłuszcze nasycone	28,28 g
Tłuszcze	67,00 g
Białka	93,99 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kasza kukurydziana - 25g, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 75g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, miruna ryba - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, mieszanka warzywna - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12854 z dnia 21.08.2026

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2278,10 kCal
Witamina C	162,61 mg
Witamina B12	4,12 µg
Foliary	0,45 mg
Witamina B6	2,72 mg
Niacyna	15,37 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	13,85 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,08 mg
Skrobia	173,51 mg
Sól	3897,80 mg
Mangan	2,96 mg
Miedź	1,46 mg
Cynk	9,19 mg
Żelazo	11,49 mg
Magnez	330,05 mg
Fosfor	1566,30 mg
Wapń	1036,00 mg
Potas	5153,45 mg
Sód	1579,00 mg
Błonnik pokarmowy	30,32 g
Cukry proste	33,42 g
Węglowodany	317,03 g
Cholesterol	466,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,30 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,03 g
Tłuszcze nienasycone	39,79 g
Tłuszcze nasycone	23,88 g
Tłuszcze	68,66 g
Białka	107,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.08.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	→	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle), Szczypiorek	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Ryba gotowana, Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kanapka z ogórkiem	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 20g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g, Szczypiorek - 15g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, miruna ryba - 120g, Olej rzepakowy - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta pekińska - 90g, Papryka czerwona - 25g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g	Ogórek - 30g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2329,44 kCal
Witamina C	258,40 mg
Witamina B12	4,16 µg
Foliiany	0,60 mg
Witamina B6	3,69 mg
Niacyna	18,65 mg
Witamina B2	2,75 mg
Witamina B1	1,53 mg
Witamina E	18,61 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,35 mg
Skrobia	217,10 mg
Sól	4042,30 mg
Mangan	6,94 mg
Miedź	1,97 mg
Cynk	14,01 mg
Żelazo	15,00 mg
Magnez	477,48 mg
Fosfor	1991,08 mg
Wapń	1969,21 mg
Potas	6637,66 mg
Sód	1768,17 mg
Blonnik pokarmowy	38,16 g
Cukry proste	20,61 g
Węglowodany	329,09 g
Cholesterol	410,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	29,93 g
Tłuszcze nienasycone	47,13 g
Tłuszcze nasycone	16,53 g
Tłuszcze	68,50 g
Białka	116,76 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D01) Dieta podstawowa(4):	→	kielbasa podwawelska *(gor, glu), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, Ser topiony, edamski	gulasz z żołądków drobiowych, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kasza gryczana, gotowana, Kompot	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Gruszka
	↺	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, kielbasa podwawelska - 60g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kielbasa zwyczajna - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 5g, Ser topiony, edamski - 17,50g	Marchew - 110g, Żołądek kurczaka - 120g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Olej rzepakowy - 10g, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 30g	Gruszka - 120g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12866 z dnia 22.08.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2199,15 kCal
Witamina C	207,19 mg
Witamina B12	3,77 µg
Foliary	0,51 mg
Witamina B6	2,39 mg
Niacyna	17,21 mg
Witamina B2	1,93 mg
Witamina B1	1,44 mg
Witamina E	13,23 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,76 mg
Skrobia	167,50 mg
Sól	6465,63 mg
Mangan	5,40 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	15,36 mg
Żelazo	17,39 mg
Magnez	404,05 mg
Fosfor	1627,60 mg
Wapń	875,83 mg
Potas	4035,08 mg
Sód	2584,83 mg
Błonnik pokarmowy	33,36 g
Cukry proste	22,98 g
Węglowodany	273,66 g
Cholesterol	465,98 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,64 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,66 g
Tłuszcze nienasycone	49,36 g
Tłuszcze nasycone	28,75 g
Tłuszcze	83,88 g
Białka	103,47 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szynka bankietowa *(soj)	schab duszony w sosie własnym, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Arbuz, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Banan
	G	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Szynka bankietowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 10g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Arbuz - 200g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Banan - 200g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2179,15 kCal
Witamina C	211,50 mg
Witamina B12	3,14 µg
Foliary	0,47 mg
Witamina B6	4,15 mg
Niacyna	27,22 mg
Witamina B2	2,16 mg
Witamina B1	2,44 mg
Witamina E	13,23 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,31 mg
Skrobia	175,36 mg
Sól	4782,10 mg
Mangan	4,16 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	9,43 mg
Żelazo	12,69 mg
Magnez	416,80 mg
Fosfor	1447,55 mg
Wapń	832,85 mg
Potas	6183,85 mg
Sód	1910,40 mg
Błonnik pokarmowy	30,06 g
Cukry proste	38,35 g
Węglowodany	314,65 g
Cholesterol	127,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,17 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,99 g
Tłuszcze nienasycone	36,17 g
Tłuszcze nasycone	21,62 g
Tłuszcze	64,11 g
Białka	101,43 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.08.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	→	zupa warzywna, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szynka bankietowa *(soj)	kanapka z pomidorem	schab duszony w sosie własnym, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), kalafior gotowany, Kasza gryczana, gotowana, Kompot	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, schab wiśniowy *(soj)	serek wiejski lekki *(mle)
	↺	Woda - 250ml, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Szynka bankietowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 5g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2054,33 kCal
Witamina C	236,13 mg
Witamina B12	1,74 µg
Foliary	0,47 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	25,19 mg
Witamina B2	1,47 mg
Witamina B1	2,29 mg
Witamina E	16,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,16 mg
Skrobia	172,48 mg
Sól	5951,96 mg
Mangan	7,85 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	12,39 mg
Żelazo	15,25 mg
Magnez	472,18 mg
Fosfor	1471,38 mg
Wapń	671,31 mg
Potas	4972,60 mg
Sód	2757,13 mg
Błonnik pokarmowy	42,62 g
Cukry proste	30,15 g
Węglowodany	285,65 g
Cholesterol	86,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,21 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,69 g
Tłuszcze nienasycone	36,90 g
Tłuszcze nasycone	18,72 g
Tłuszcze	63,54 g
Białka	105,99 g

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12879 z dnia 23.08.2026

	(D01) Dieta podstawowa(4):
Kalorie	2313,68 kCal
Witamina C	234,65 mg
Witamina B12	3,90 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,34 mg
Niacyna	29,21 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	2,69 mg
Witamina E	16,30 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,10 mg
Skrobia	214,86 mg
Sól	6683,21 mg
Mangan	5,07 mg
Miedź	1,66 mg
Cynk	14,66 mg
Żelazo	13,88 mg
Magnez	395,08 mg
Fosfor	1696,38 mg
Wapń	980,46 mg
Potas	5388,15 mg
Sód	2671,69 mg
Blonnik pokarmowy	33,19 g
Cukry proste	21,70 g
Węglowodany	322,67 g
Cholesterol	259,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,11 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,52 g
Tłuszcze nienasycone	39,59 g
Tłuszcze nasycone	25,40 g
Tłuszcze	70,11 g
Białka	114,92 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
(D02) Dieta łatwostrawna(4):	↪	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 35g, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Marchew - 240g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	(D02) Dieta łatwostrawna(4):
Kalorie	2137,03 kCal
Witamina C	101,34 mg
Witamina B12	2,22 µg
Foliary	0,35 mg
Witamina B6	2,17 mg
Niacyna	9,97 mg
Witamina B2	2,17 mg
Witamina B1	0,96 mg
Witamina E	12,33 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,63 mg
Skrobia	184,86 mg
Sól	5923,11 mg
Mangan	3,42 mg
Miedź	1,21 mg
Cynk	7,56 mg
Żelazo	10,50 mg
Magnez	284,88 mg
Fosfor	1030,78 mg
Wapń	1126,31 mg
Potas	3538,30 mg
Sód	2527,33 mg
Blonnik pokarmowy	30,13 g
Cukry proste	46,08 g
Węglowodany	310,88 g
Cholesterol	194,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,51 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,74 g
Tłuszcze nienasycone	28,07 g
Tłuszcze nasycone	21,77 g
Tłuszcze	58,09 g
Białka	104,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów(6):	→	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Jabłko	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, sałatka ryżowo warzywna 140g, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 150g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Kapusta biała - 60g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Papryka czerwona - 10g, Kukurydza, konserwowa - 10g, Ogórki, konserwowe - 20g, jogurt typ grecki *(mle) - 5ml, Pietruszka, liście - 5g, Ryż biały - 40g, szynka z kotła - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

Wartości odżywcze w dietach dla jadłospisu nr: PDIE/12881 z dnia 23.08.2026

	(D03) Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych
Kalorie	2395,46 kCal
Witamina C	231,04 mg
Witamina B12	3,64 µg
Foliiany	0,52 mg
Witamina B6	3,64 mg
Niacyna	16,45 mg
Witamina B2	2,76 mg
Witamina B1	1,41 mg
Witamina E	17,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,91 mg
Skrobia	216,06 mg
Sól	5986,22 mg
Mangan	6,56 mg
Miedź	1,92 mg
Cynk	11,62 mg
Żelazo	14,36 mg
Magnez	462,26 mg
Fosfor	1607,41 mg
Wapń	1262,82 mg
Potas	6051,75 mg
Sód	2505,82 mg
Błonnik pokarmowy	40,20 g
Cukry proste	29,23 g
Węglowodany	352,86 g
Cholesterol	197,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,72 g
Tłuszcze nienasycone	38,70 g
Tłuszcze nasycone	20,37 g
Tłuszcze	68,10 g
Białka	110,40 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.08.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
(D05) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(4):	↪	Kasza manna na mleku, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 40g, Sałata - 5g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 30g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 250ml, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura