

|                         |                                                     | 1                                                                                                                                                                    | 2            | 3                                                                                                                                                                                                                   | 4            | 5                                                                                                                                                                                                               | 6                          | 7                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                         |                                                     | Śniadanie                                                                                                                                                            | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                               | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                                                                         | Posilek nocny              | SUMA                                                                                                                                                                                                                                   |
| NIEDZIELA 16.08.2026 r. | 1 podstawowa (D01)                                  | Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony 30g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) |              | Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9,10), kotlet devolay smażony 100g (1,3,5,6,7,8,9,10), fasolka szparagowa z brokułem oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)  |              | Kielbasa szynkowa 50 g (1,10), ser żółty 30 g (1,7), sałatka norweska z rybą i sosem winegret 50 g (4), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) | Galaretka owocowa 150g (1) | Wartość energetyczna (kcal) 2076,1, białko ogółem (g) 82,7, tłuszcz ogółem (g) 65,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,7, węglowodany ogółem (g) 226,5, w tym cukry proste (g) 40,1, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód(mg) 2207,5   |
|                         | 2 łatwostrawna (D02)                                | Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony 30g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)                       |              | Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9,10), filet drobiowy duszony w sosie 190g (1,6,7,8,9), fasolka szparagowa z brokułem oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1) |              | Kielbasa szynkowa 50 g (1,10), ser żółty 30 g (1,7), sałatka norweska z rybą i sosem winegret 50 g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                       | Galaretka owocowa 150g (1) | Wartość energetyczna (kcal) 1979,2, białko ogółem (g) 92,2, tłuszcz ogółem (g) 70,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 229,3, w tym cukry proste (g) 36,08, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2335,2 |
|                         | 3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05) | Serdelka na gorąco 80g (1,10), dżem 25g, pomidor b/s 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)                              |              | Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie 190g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)                                    |              | Kielbasa szynkowa 50 g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka norweska z rybą i sosem winegret 50 g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)    | Galaretka owocowa 150g (1) | Wartość energetyczna (kcal) 1998,1, białko ogółem (g) 92,3, tłuszcz ogółem (g) 67,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 23,1, węglowodany ogółem (g) 234,4, w tym cukry proste (g) 40,4, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2246,3  |

|                                                           |                                                                 | 1                                                                                                                                                                                                        | 2                                             | 3                                                                                                                                                                                                  | 4                                | 5                                                                                                                                                                                                                     | 6                            | 7                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                           |                                                                 | Śniadanie                                                                                                                                                                                                | 2. śniadanie                                  | Obiad                                                                                                                                                                                              | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                                                                                                               | Posilek nocny                | SUMA                                                                                                                                                                                                                                  |
| NIEDZIELA 16.08.2026 r.<br><br>PONIEDZIAŁEK 17.08.2026 r. | 4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03) | Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony 30g (7), pomidor 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml                        | Kanapka wiosenna z blokiem szynkowym (1,7,10) | Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9,10), filet drobiowy duszony 90g (1,6,7,8,9), fasolka szparagowa z brokułem z wody 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1) | Kanapka wiosenna z serkiem (1,7) | Kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), ser żółty 30 g (1,7), sałatka norweska z rybą i sosem winegret 50 g (4), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml         | Galaretka mleczna 150g (1,7) | Wartość energetyczna (kcal) 2060,1, białko ogółem (g) 76,6, tłuszcz ogółem (g) 66,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,5, węglowodany ogółem (g) 254,1, w tym cukry proste (g) 35,9, błonnik pokarmowy (g) 25,4 sól (mg) 2523,9  |
|                                                           | 1 podstawowa (D01)                                              | Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z rzodkiewką 50 g (7) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1) |                                               | Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron z kapustą, kiełbasą i łopatką z sosem pomidorowym z soczewicą 380 g (1,3,5,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)                                   |                                  | Pasta z mięsa 50g (1,6,8,9), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty i natki pietruszki 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) | Kisiel z jabłkiem 150g       | Wartość energetyczna (kcal) 2098,2, białko ogółem (g) 86,5, tłuszcz ogółem (g) 66,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,5, węglowodany ogółem (g) 229,6, w tym cukry proste (g) 33,7, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sól (mg) 1903,8 |
|                                                           | 2 łatwostrawna (D02)                                            | Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 50 g (1,7) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)                      |                                               | Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron z sosem mięsno-pomidorowym 350 g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)                                                                          |                                  | Pasta z mięsa 50g (1,6,8,9), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty i natki pietruszki 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                       | Kisiel z jabłkiem 150g       | Wartość energetyczna (kcal) 1925,8, białko ogółem (g) 80, tłuszcz ogółem (g) 58,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,3, węglowodany ogółem (g) 223,2, w tym cukry proste (g) 31,6, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sól (mg) 1708,6   |

|                            |                                                                 | 1                                                                                                                                                                                                                | 2                                           | 3                                                                                                                                                                                                            | 4                       | 5                                                                                                                                                                                                                              | 6                       | 7                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            |                                                                 | Śniadanie                                                                                                                                                                                                        | 2. śniadanie                                | Obiad                                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                        | Posilek nocny           | SUMA                                                                                                                                                                                                                                   |
| PONIEDZIAŁEK 17.08.2026 r. | 3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)             | Kaszka ,manna na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 50 g (1,7) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)                             |                                             | Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron z sosem mięsnym 350g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)                                                                                                |                         | Pasta z mięsa 50g (1,6,8,9), miód 25g, sałatka z sałaty i natki pietruszki 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                                                              | Kisiel z jabłkiem 150g  | Wartość energetyczna (kcal) 1877,7, białko ogółem (g) 78,9, tłuszcz ogółem (g) 57, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,6, węglowodany ogółem (g) 252,8, w tym cukry proste (g) 26,9, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1583,6    |
|                            | 4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03) | Pasta twarogowa z rzodkiewką 50 g (7) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)                           | Kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,7,10) | Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), gołąbki 90 g (1,6,7,8,9,10), surówka z marchewki i jabłka 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)                                      | kanapka z serkiem (1,7) | Pasta z mięsa 50g (1,6,8,9), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty i natki pietruszki 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)        | Kisiel z jabłkiem 150g  | Wartość energetyczna (kcal) 2051,3, białko ogółem (g) 87,8, tłuszcz ogółem (g) 70,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,8, węglowodany ogółem (g) 245,9, w tym cukry proste (g) 32,08, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2004,3 |
|                            | 1 podstawowa (D01)                                              | Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), serek grani naturalny 150 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) |                                             | Zupa neapolitańska z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie 190g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1) |                         | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka norweska z rybą z sosem winegret 50g (4), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) | Jogurt owocowy 150g (7) | Wartość energetyczna (kcal) 2311,6, białko ogółem (g) 92,7, tłuszcz ogółem (g) 71,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,3 węglowodany ogółem (g) 276,3 w tym cukry proste (g) 40,4, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2029      |
| WTOREK 18.08.2026 r.       |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                  |                                             |                                                                                                                                                                                                              |                         |                                                                                                                                                                                                                                |                         |                                                                                                                                                                                                                                        |

|                      |                                                                 | 1                                                                                                                                                                                                     | 2                                  | 3                                                                                                                                                                                                            | 4                                | 5                                                                                                                                                                                                                                | 6                         | 7                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      |                                                                 | Śniadanie                                                                                                                                                                                             | 2. śniadanie                       | Obiad                                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                                                                                                                          | Posilek nocny             | SUMA                                                                                                                                                                                                                                  |
| WTOREK 18.08.2026 r. | 2 łatwostrawna (D02)                                            | Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), serek grani naturalny 150 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)            |                                    | Zupa neapolitańska z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie 190g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1) |                                  | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka norweska z rybą z sosem winégret 50g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                         | Jogurt owocowy 150g (7)   | Wartość energetyczna (kcal) 2391,5, białko ogółem (g) 86,1, tłuszcz ogółem (g) 69,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,6, węglowodany ogółem (g) 272,7, w tym cukry proste (g) 41,3, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2174,3 |
|                      | 3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)             | Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), serek grani naturalny 150 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)            |                                    | Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), pulpety drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie 190g (1,3,6,7,8,9), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)                |                                  | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka norweska z rybą z sosem winégret 50g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                         | Jogurt owocowy 150g (7)   | Wartość energetyczna (kcal) 2214, białko ogółem (g) 97,6, tłuszcz ogółem (g) 60,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,3, węglowodany ogółem (g) 261,3, w tym cukry proste (g) 39,2, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2443,8   |
|                      | 4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03) | Serek grani naturalny 150 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie, ogórek zielony 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1) | Kanapka wiosenna z jajkiem (1,7,3) | Zupa neapolitańska z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone 90g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)          | Kanapka wiosenna z serkiem (1,7) | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka norweska z rybą z sosem winégret 50g (4), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1) | Jogurt naturalny 150g (7) | Wartość energetyczna (kcal) 1973,5, białko ogółem (g) 81,5, tłuszcz ogółem (g) 66,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,4, węglowodany ogółem (g) 244,1, w tym cukry proste (g) 27,4, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2121,8 |

|                     |                                                     | 1                                                                                                                                                                                                       | 2            | 3                                                                                                                                                                                               | 4            | 5                                                                                                                                                                                          | 6             | 7                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |                                                     | Śniadanie                                                                                                                                                                                               | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                                                    | Posilek nocny | SUMA                                                                                                                                                                                                                                  |
| ŚRODA 19.08.2026 r. | 1 podstawowa (D01)                                  | Makaron na mleku 300ml (1,3,7), szynka gotowana 50g (1,10), ½ jajko gotowane (3), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) |              | Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), potrawka z kurczaka 190g (1,6,7,8,9), marchewka z groszkiem gotowana 100 g, ryż biały gotowany na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1) |              | Salatka jarzynowa 150g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) | Owoc 100g     | Wartość energetyczna (kcal) 1922, białko ogółem (g) 82,3, tłuszcz ogółem (g) 64,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,7, węglowodany ogółem (g) 252,1, w tym cukry proste (g) 30,5, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 1940,8   |
|                     | 2 łatwostrawna (D02)                                | Makaron na mleku 300ml (1,3,7), szynka gotowana 50g (1,10), ½ jajko gotowane (3), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                       |              | Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), potrawka z kurczaka 190g (1,6,7,8,9), marchewka z groszkiem gotowana 100 g, ryż biały gotowany na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1) |              | Salatka jarzynowa 150g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                       | Owoc 100g     | Wartość energetyczna (kcal) 1919,3, białko ogółem (g) 74, tłuszcz ogółem (g) 65,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29, węglowodany ogółem (g) 238,4 w tym cukry proste (g) 25,7, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1931,7      |
|                     | 3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05) | Makaron na mleku 300ml (1,3,7), skyr naturalny 150g (7), dżem 25g, pomidor b/s 50 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                                  |              | Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), potrawka z kurczaka 190g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1),     |              | Salatka jarzynowa z białkiem 150g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)            | Owoc 100g     | Wartość energetyczna (kcal) 1917,6, białko ogółem (g) 76,1, tłuszcz ogółem (g) 54, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,8, węglowodany ogółem (g) 262,07, w tym cukry proste (g) 42,03, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1507,2 |



|                        |                     | 1                                                               | 2                                                                                                                                                                                                                           | 3                                  | 4                                                                                                                                                                                        | 5                                | 6                                                                                                                                                                                                                                                | 7                |                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        |                     | Śniadanie                                                       | 2. śniadanie                                                                                                                                                                                                                | Obiad                              | Podwieczorek                                                                                                                                                                             | Kolacja                          | Posilek nocny                                                                                                                                                                                                                                    | SUMA             |                                                                                                                                                                                                                                        |
| CZWARTEK 20.08.2026 r. | ŚRODA 19.08.2026 r. | 4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03) | Szynka gotowana 50g (1,10), ½ jajko gotowane (3), pomidor 50 g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml                                            | Kanapka wiosenna z twarogiem (1,7) | Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), kurczak gotowany 100g (1,6,8,9), marchewka z groszkiem z wody 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1) | Kanapka wiosenna z serkiem (1,7) | Salatka jarzynowa 150g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml                                                         | Owoc 100g        | Wartość energetyczna (kcal) 2070,2, białko ogółem (g) 84,7, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,3, węglowodany ogółem (g) 257,8, w tym cukry proste (g) 33,3, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 1950,07 |
|                        |                     | 1 podstawowa (D01)                                              | Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150 g (7), polędwica sopocka 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250ml (1) |                                    | Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), kotlet schabowy smażony 100g(1,3,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)               |                                  | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) | Budyń 150g (1,7) | Wartość energetyczna (kcal) 2094,1, białko ogółem (g) 84,7, tłuszcz ogółem (g) 70,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,9, węglowodany ogółem (g) 225,6, w tym cukry proste (g) 39, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2135,4    |
|                        |                     | 2 łatwostrawna (D02)                                            | Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150 g (7), polędwica sopocka 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250ml (1)                       |                                    | Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), gulasz duszony ze schabu w sosie 180g (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)          |                                  | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                         | Budyń 150g (1,7) | Wartość energetyczna (kcal) 2000,5, białko ogółem (g) 84,7, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, węglowodany ogółem (g) 221,5, w tym cukry proste (g) 35,9, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2040,8    |

|                        |                                                                 | 1                                                                                                                                                                                                             | 2                                     | 3                                                                                                                                                                                | 4                       | 5                                                                                                                                                                                                                                                  | 6                           | 7                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        |                                                                 | Śniadanie                                                                                                                                                                                                     | 2. śniadanie                          | Obiad                                                                                                                                                                            | Podwieczorek            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                            | Posilek nocny               | SUMA                                                                                                                                                                                                                                    |
| CZWARTEK 20.08.2026 r. | 3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)             | Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150 g (7), poledwica sopocka 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250ml (1)         |                                       | Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), gulasz gotowany ze schabu w sosie 180g (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1) |                         | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                               | Budyń 150g (1,7)            | Wartość energetyczna (kcal) 1996,9, białko ogółem (g) 90, tłuszcz ogółem (g) 60,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,4, węglowodany ogółem (g) 225,06 w tym cukry proste (g) 37,3, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2140,3     |
|                        | 4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03) | Serek kanapkowy naturalny 150g (7), poledwica sopocka 30 g (1,10) na sałacie, papryka czerwona 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1) | Kanapka wiosenna z żółtym serem (1,7) | Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), zrazy zawijane duszone 90g (1,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)          | kanapka z serkiem (1,7) | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1) | Budyń bez cukru 150 g (1,7) | Wartość energetyczna (kcal) 1939,2, białko ogółem (g) 82,4, tłuszcz ogółem (g) 68,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 234,6, w tym cukry proste (g) 28,07, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2226,09 |
|                        | 1 podstawowa (D01)                                              | Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), jajko gotowane (3) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)           |                                       | Zupa marchwiowa 300ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z sosem owocowym 350g (1,7), napar herbaciany 250ml (1)                                                                          |                         | Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)                                              | Jogurt owocowy 150g (7)     | Wartość energetyczna (kcal) 1926,3, białko ogółem (g) 78,7, tłuszcz ogółem (g) 70,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 236,4, w tym cukry proste (g) 41,3, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2259,3   |

|                      |                                                                 | 1                                                                                                                                                                                                | 2                                             | 3                                                                                                                                                               | 4                              | 5                                                                                                                                                                                                                      | 6                         | 7                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      |                                                                 | Śniadanie                                                                                                                                                                                        | 2. śniadanie                                  | Obiad                                                                                                                                                           | Podwieczorek                   | Kolacja                                                                                                                                                                                                                | Posilek nocny             | SUMA                                                                                                                                                                                                                                  |
| PIĄTEK 21.08.2026 r. | 2 łatwostrawna (D02)                                            | Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), jajko gotowane (3) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                    |                                               | Zupa marchwiowa 300ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z sosem owocowym 350g (1,7), napar herbaciany 250ml (1)                                                         |                                | Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)                                        | Jogurt owocowy 150g (7)   | Wartość energetyczna (kcal) 1910,7, białko ogółem (g) 83,5, tłuszcz ogółem (g) 70,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,3, węglowodany ogółem (g) 249,6, w tym cukry proste (g) 48,6, błonnik pokarmowy (g) 25,0 sód (mg) 2240,4  |
|                      | 3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)             | Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek owocowy homogenizowany 100g (7), blok drobiowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) |                                               | Zupa marchwiowa 300ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z musem jabłkowym 350g (1,7), napar herbaciany 250ml (1)                                                        |                                | Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), miód 25g, sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                                             | Jogurt owocowy 150g (7)   | Wartość energetyczna (kcal) 1980,3 białko ogółem (g) 74,3, tłuszcz ogółem (g) 57,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,1, węglowodany ogółem (g) 282,5, w tym cukry proste (g) 40,6, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2028,3  |
|                      | 4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03) | Skyr naturalny 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10) na sałacie, rzodkiewka 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)          | Kanapka wiosenna z kielbasą szynkową (1,7,10) | Zupa marchwiowa 300ml (1,6,7,8,9), jajko sadzone 60g (3), surówka z kiszanej kapusty 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1) | Kanapka wiosenna z serkiem (7) | Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1) chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1) | Jogurt naturalny 150g (7) | Wartość energetyczna (kcal) 2048,7, białko ogółem (g) 91,3, tłuszcz ogółem (g) 69,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,7, węglowodany ogółem (g) 265,9, w tym cukry proste (g) 22,5, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2114,4 |



|                      |                                                     | 1                                                                                                                                                                                                                 | 2            | 3                                                                                                                                                                                | 4            | 5                                                                                                                                                                                                          | 6                          | 7                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      |                                                     | Śniadanie                                                                                                                                                                                                         | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                                                                    | Posilek nocny              | SUMA                                                                                                                                                                                                                                  |
| SOBOTA 22.08.2026 r. | 1 podstawowa (D01)                                  | Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), serek naturalny grani 150g (7), kielbasa krakowska 30g (1,10) na sałacie, masło 17g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) |              | Zupa ziemniaczana z koperkiem 300ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)  |              | Szynka gotowana 50g (1,10), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty i szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) | Galaretka owocowa 150g (1) | Wartość energetyczna (kcal) 2352,4; białko ogółem (g) 88,9, tłuszcz ogółem (g) 72,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,4, węglowodany ogółem (g) 281,8, w tym cukry proste (g) 37,9, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2087,5 |
|                      | 2 łatwostrawna (D02)                                | Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), serek naturalny grani 150g (7), kielbasa krakowska 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                      |              | Zupa ziemniaczana z koperkiem 300ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)  |              | Szynka gotowana 50g (1,10), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty i szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                       | Galaretka owocowa 150g (1) | Wartość energetyczna (kcal) 2284,4, białko ogółem (g) 89, tłuszcz ogółem (g) 69,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,1, węglowodany ogółem (g) 288,4, w tym cukry proste (g) 37,1, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2207,7   |
|                      | 3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05) | Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), serek naturalny grani 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                       |              | Zupa ziemniaczana z koperkiem 300ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1) |              | Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg 30g (7), sałatka z sałaty i szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                            | Galaretka owocowa 150g (1) | Wartość energetyczna (kcal) 2212,6, białko ogółem (g) 86, tłuszcz ogółem (g) 69,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27, węglowodany ogółem (g) 287,6, w tym cukry proste (g) 40,3, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2270,4     |

Jadłospisy za okres od dnia 16-08-2026 r. – do dnia 25-08-2026 r. KUCHNIA SZPITALNA

|                                                                                                           |                      | 1                                                                                                                                                                                                   | 2                                             | 3                                                                                                                                                                                                       | 4                                | 5                                                                                                                                                                                                          | 6                            | 7                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                           |                      | Śniadanie                                                                                                                                                                                           | 2. śniadanie                                  | Obiad                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny                | SUMA                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>SOBOTA 22.08.2026 r.</b><br><br><b>4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)</b> |                      | Serek naturalny grani 150g (7), kielbasa krakowska 30g (1,10) na sałacie, ogórek zielony 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml | Kanapka wiosenna z blokiem drobiowym (1,7,10) | Zupa ziemniaczana z koperkiem 300ml (1,6,7,8,9), pieczeń rzymska 90g (1,3,6,7,8,9,10), surówka z jarzyn mieszanych 100g (3,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1) | Kanapka wiosenna z serkiem (1,7) | Szynka gotowana 50g (1,10), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty i szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml   | Galaretka owocowa 150g (1,7) | Wartość energetyczna (kcal) 2227,9, białko ogółem (g) 93,2, tłuszcz ogółem (g) 66,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,8, węglowodany ogółem (g) 232,2, w tym cukry proste (g) 33,3, błonnik pokarmowy (g) 25,5, sód (mg) 1861,1 |
|                                                                                                           | 1 podstawowa (D01)   | Serdelka na gorąco 80g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)             |                                               | Rosół z makaronem 300ml (1,3,6,8,9), kotlet drobiowy smażony 100g (1,3,6,7,8,9,10), marchewka z kalaflorem oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)        |                                  | Ser typu włoskiego 50g (7), blok szynkowy (1,10), sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) | Owoc 100g                    | Wartość energetyczna (kcal) 1971,5, białko ogółem (g) 87,5, tłuszcz ogółem (g) 70,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,3, węglowodany ogółem (g) 224,7, w tym cukry proste (g) 23,2, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2328,7 |
|                                                                                                           | 2 łatwostrawna (D02) | Serdelka na gorąco 80g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)                                   |                                               | Rosół z makaronem 300ml (1,3,6,8,9), fileć drobiową duszoną w sosie 190g (1,6,7,8,9), marchewka z kalaflorem oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)      |                                  | Ser typu włoskiego 50g (7), blok szynkowy (1,10), sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                       | Owoc 100g                    | Wartość energetyczna (kcal) 1904,7, białko ogółem (g) 79,1, tłuszcz ogółem (g) 65,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,6, węglowodany ogółem (g) 223,5, w tym cukry proste (g) 26,1, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2322,8 |
| <b>NIEDZIELA 23.08.2026 r.</b>                                                                            |                      |                                                                                                                                                                                                     |                                               |                                                                                                                                                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                                            |                              |                                                                                                                                                                                                                                       |

|                            |                                                                 | 1                                                                                                                                                                                                        | 2                                         | 3                                                                                                                                                                                        | 4                       | 5                                                                                                                                                                                                                      | 6                      | 7                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            |                                                                 | Śniadanie                                                                                                                                                                                                | 2. śniadanie                              | Obiad                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny          | SUMA                                                                                                                                                                                                                                    |
| NIEDZIELA 23.08.2026 r.    | 3 dieta łatwowstrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)            | Serdelka na gorąco 80g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), pomidor b/s 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)                                    |                                           | Rosół z makaronem 300ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie 190g (1,6,7,8,9), marchewka z oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1) |                         | Ser typu włoskiego 50g (7), blok szynkowy (1,10), sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                                   | Owoc 100g              | Wartość energetyczna (kcal) 1871,6, białko ogółem (g) 77,5 g, tłuszcz ogółem (g) 59,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,8, węglowodany ogółem (g) 238,2, w tym cukry proste (g) 27,9, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sól (mg) 2397,1 |
|                            | 4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03) | Serdelka na gorąco 80g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), pomidor 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 70 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1) | Kanapka wiosenna kiełbasą szynkową (1,10) | Rosół z makaronem 300ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony 90g (1,6,7,8,9), marchewka z kalaflorem z wody 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)         | kanapka z serkiem (1,7) | Ser typu włoskiego 50g (7), blok szynkowy (1,10), sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)           | Owoc 100g              | Wartość energetyczna (kcal) 2081,4, białko ogółem (g) 78,9, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,6, węglowodany ogółem (g) 310,3, w tym cukry proste (g) 23,4, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sól (mg) 1621,8   |
| PONIEDZIAŁEK 24.08.2026 r. |                                                                 | 1 podstawowa (D01)                                                                                                                                                                                       |                                           | Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300ml (1,6,8,9,10), risotto z jarzynami i mięsem z sosem pomidorowym 350g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)                                     |                         | Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) | Kisiel z jabłkiem 150g | Wartość energetyczna (kcal) 2118,6, białko ogółem (g) 83,6, tłuszcz ogółem (g) 69,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 257,05, w tym cukry proste (g) 32,7, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sól (mg) 1989,4  |

|                            |                                                                 | 1                                                                                                                                                                                                   | 2                                  | 3                                                                                                                                                                                                       | 4                              | 5                                                                                                                                                                                                                       | 6                      | 7                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            |                                                                 | Śniadanie                                                                                                                                                                                           | 2. śniadanie                       | Obiad                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek                   | Kolacja                                                                                                                                                                                                                 | Posilek nocny          | SUMA                                                                                                                                                                                                                                     |
| PONIEDZIAŁEK 24.08.2026 r. | 2 łatwostrawna (D02)                                            | Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)    |                                    | Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300ml (1,6,8,9,10), risotto z jarzynami i mięsem z sosem pomidorowym 350g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)                                                    |                                | Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                        | Kisiel z jabłkiem 150g | Wartość energetyczna (kcal) 2133,1, białko ogółem (g) 93,6, tłuszcz ogółem (g) 73,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 254,1, w tym cukry proste (g) 32,02, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1968,8   |
|                            | 3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)             | Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)    |                                    | Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300ml (1,6,8,9,10), risotto z jarzynami i mięsem z sosem miesnym 350g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)                                                        |                                | Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), miód 25g, sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                                   | Kisiel z jabłkiem 150g | Wartość energetyczna (kcal) 2093,4, białko ogółem (g) 87,5, tłuszcz ogółem (g) 64,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,3, węglowodany ogółem (g) 262,7, w tym cukry proste (g) 44,1, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1811,03   |
|                            | 4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03) | Pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), rzodkiewka 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1) | Kanapka wiosenna z jajkiem (1,3,7) | Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300ml (1,6,,8,9,10), stek wieprzowy duszony 90g (1,6,8,9), surówka z białej kapusty i pora 100g (9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1) | Kanapka wiosenna z serkiem (7) | Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1) chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1) | Kisiel z jabłkiem 150g | Wartość energetyczna (kcal) 2049,5, białko ogółem (g) 74,9, tłuszcz ogółem (g) 63,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 22,5, węglowodany ogółem (g) 283,46, w tym cukry proste (g) 25,14, błonnik pokarmowy (g) 24,75, sód (mg) 2060,5 |

|                      |                                                     | 1                                                                                                                                                                                                 | 2            | 3                                                                                                                                                                                                | 4            | 5                                                                                                                                                                                                                                               | 6                         | 7                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      |                                                     | Śniadanie                                                                                                                                                                                         | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                         | Posilek nocny             | SUMA                                                                                                                                                                                                                                  |
| WTOREK 25.08.2026 r. | 1 podstawowa (D01)                                  | Ryż na mleku 300ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1) |              | Zupa owocowa z makaronem (1,3,7), kotlet mielony duszony 90g (1,3,5,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)                     |              | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1) | Jogurt naturalny 150g (7) | Wartość energetyczna (kcal) 1912,1, białko ogółem (g) 87, tłuszcz ogółem (g) 68,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,9, węglowodany ogółem (g) 227,4, w tym cukry proste (g) 41,09, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1837,7  |
|                      | 2 łatwostrawna (D02)                                | Ryż na mleku 300ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)                       |              | Zupa owocowa z makaronem (1,3,7), klopsiki drobiowo-wieprzowy duszone w sosie 190g (1,3,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1) |              | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                       | Jogurt naturalny 150g (7) | Wartość energetyczna (kcal) 2065,1, białko ogółem (g) 75,5, tłuszcz ogółem (g) 67,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,5, węglowodany ogółem (g) 223,8, w tym cukry proste (g) 42,5, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1865,7 |
|                      | 3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05) | Ryż na mleku 300ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)                       |              | Zupa makaronowa (1,3,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowy gotowane w sosie 190g (1,3,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)     |              | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)                             | Jogurt naturalny 150g (7) | Wartość energetyczna (kcal) 1872,8, białko ogółem (g) 82,7, tłuszcz ogółem (g) 66,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,7, węglowodany ogółem (g) 248,6, w tym cukry proste (g) 41,4, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1867,5 |



|                      |                                                                 | 1                                                                                                                                                                                               | 2                                  | 3                                                                                                                                                                     | 4                                | 5                                                                                                                                                                                                                                         | 6                         | 7                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      |                                                                 | Śniadanie                                                                                                                                                                                       | 2. śniadanie                       | Obiad                                                                                                                                                                 | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                   | Posilek nocny             | SUMA                                                                                                                                                                                                                                  |
| WTOREK 25.08.2026 r. | 4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03) | Skyr naturalny 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, ogórek zielony 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1) | Kanapka wiosenna z twarogiem (1,7) | Zupa makaronowa (1,3,6,8,9), kotlet mielony duszony 90g (1,3,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1) | kanapka wiosenna z serkiem (1,7) | Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g, herbata czarna napar bez cukru 250 ml | Jogurt naturalny 150g (7) | Wartość energetyczna (kcal) 2083,9, białko ogółem (g) 85,5, tłuszcz ogółem (g) 65,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,5, węglowodany ogółem (g) 270,3, w tym cukry proste (g) 28,3, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2346,3 |

### Alergeny występujące w posiłkach

Alergen nr 1 - Mąki zawierające gluten tj. z pszenicy, żyta, jęczmienia, owsa, orkisz i produkty pochodne;

Alergen nr 2 – Skorupiaki i produkty pochodne;

Alergen nr 3 - Jaja i produkty pochodne;

Alergen nr 4 – Ryby i produkty pochodne;

Alergen nr 5 – Produkty zawierające niewielkie ilości orzeszków ziemnych (arachidowych);

Alergen nr 6 – Produkty zawierające soję i produkty pochodne;

Alergen nr 7 – Mleko i produkty pochodne;

Alergen nr 8 – Orzechy;

Alergen nr 9 – Seler i produkty pochodne;

Alergen nr 10 – Gorczyca i produkty pochodne;

Alergen nr 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne;

Alergen nr 12 – Dwutlenek siarki

Alergen 13 – Łubin

**Własność Szpital Specjalistyczny im. Stanisława Staszica w Pile. Wszelkie prawa zastrzeżone.**