Jadłospisy na okres 16.10 – 25.10.2026

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Piątek, 16.10.2026 Dieta podstawowa		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa Minestrone 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kapusta biała, fasola sucha, fasola szparagowa mrożona, ryż biały długoziarnisty, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), koncentrat pomidorowy 30%, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • makaron gotowany z twarogiem i sosem owocowym 330g [ser twarogowy (z **mleka**) (24,3%) truskawki mrożone (21,2%), makaron brązowy (mąka **pszenna** makaronowa) (18,2 %), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii) (9%), cukier, sól], • woda*.	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • ryba w galarecie 130g [wywar, filet z **morszczuka** (24,4%), marchew, **seler** korzeń, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), żelatyna spożywcza, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2121 kcal; Białko ogółem: 100,15g; Tłuszcz: 72,26g; Kw. tł. nas.: 33,74g; Węglowodany ogółem: 280,22g; W tym cukry: 63,62g; Błonnik: 27,32g; Sód: 2089,42mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 16.10.2026 Dieta łatwostrawna		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki],	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • pulpet z morszczuka ze szpinakiem gotowany 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda,	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • sałatka warzywno – owocowa z makaronem 180g [marchew

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • sałata 5g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), sól], • woda*.	(46,5%), makaron (mąka makaronowa **pszenna)** (11,6%), **seler** korzeń, brokuł mrożony, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy), jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy), natka pietruszki, sól], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975 kcal; Białko ogółem: 91,89g; Tłuszcz: 64,03g; Kw. tł. nas.: 34,74g; Węglowodany ogółem: 271,23g; W tym cukry: 69,64g; Błonnik: 29,27g; Sód: 2799,87mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 16.10.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • sałata 5g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • pulpet z morszczuka ze szpinakiem gotowany 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • sałatka warzywno – owocowa z makaronem 180g [marchew (46,5%), makaron (mąka makaronowa **pszenna)** (11,6%), **seler** korzeń, brokuł mrożony, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy), jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** cząstki jabłka w sosie waniliowym 150g [jabłko (95%), **mleko** 2%, cukier, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (dwutlenek siarki)), cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)].	**mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), sól], • woda*. **Podwieczorek:** serek homogenizowany waniliowy 150g [**mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych].	przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), natka pietruszki, sól], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171 kcal; Białko ogółem: 98,58g; Tłuszcz: 69,12g; Kw. tł. nas.: 37,97g; Węglowodany ogółem: 304,32g; W tym cukry: 100,48g; Błonnik: 31,50g; Sód: 2778,55mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 16.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • sałata 5g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • pulpet z morszczuka ze szpinakiem gotowany 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), sól], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • sałatka warzywno – owocowa z makaronem 180g [marchew (46,5%), makaron (mąka makaronowa **pszenna)** (11,6%), **seler** korzeń, brokuł mrożony, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), natka pietruszki, sól], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
		bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901 kcal; Białko ogółem: 91,81g; Tłuszcz: 55,77g; Kw. tł. nas.: 29,26g; Węglowodany ogółem: 271,15g; W tym cukry: 69,58g; Błonnik: 29,27g; Sód: 2798,97mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 16.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • papryka świeża 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • pulpet z morszczuka ze szpinakiem gotowany 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • surówka z cukinii 120g [cukinia (71,8%), marchew, pomidor świeży, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól], • woda*.	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • sałatka warzywno – owocowa z makaronem 180g [marchew (37,2%), ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,3%), **seler** korzeń, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy) , majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól] • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198 kcal; Białko ogółem: 102,30g; Tłuszcz: 78,00g; Kw. tł. nas.: 28,71g; Węglowodany ogółem: 285,86g; W tym cukry: 64,44g; Błonnik: 33,55g; Sód: 3060,71mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Piątek, 16.10.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • papryka świeża 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka z brukselki 120g [brukselka mrożona (67%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), kukurydza konserwowa, sól].	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • pulpet z morszczuka ze szpinakiem gotowany 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • surówka z cukinii 120g [cukinia (71,8%), marchew, pomidor świeży, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], ogórek	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • sałatka warzywno-owocowa z ciemnym makaronem 180g [marchew (37,2%), ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), makaron (mąka makaronowa **pszenna** pełnoziarnista) (9,3%), **seler** korzeń, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy) , majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól]jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
	świeży 30g.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2387 kcal; Białko ogółem: 106,37g; Tłuszcz: 85,85g; Kw. tł. nas.: 32,82g; Węglowodany ogółem: 320,61g; W tym cukry: 58,25g; Błonnik: 51,62g; Sód: 3923,66mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 16.10.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), pomidor z cebulą i sosem ziołowym 120g [pomidor (88,9%), cebula (7,4%), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól].	• Zupa Minestrone 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kapusta biała, fasola sucha, fasola szparagowa mrożona, ryż biały długoziarnisty, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), koncentrat pomidorowy 30%, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • makaron gotowany z twarogiem i sosem owocowym 330g [ser twarogowy (z **mleka**) (24,3%) truskawki mrożone (21,2%), makaron brązowy (mąka **pszenna** makaronowa) (18,2 %), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii) (9%), cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** serek homogenizowany waniliowy 150g [**mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych].	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • ryba w galarecie 130g [wywar, filet z **morszczuka** (24,4%), marchew, **seler** korzeń, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), żelatyna spożywcza, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2731 kcal; Białko ogółem: 127,28g; Tłuszcz: 96,61g; Kw. tł. nas.: 45,24g; Węglowodany ogółem: 353,86g; W tym cukry: 99,11g; Błonnik: 33,05g; Sód: 2388,82mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Sobota, 17.10.2026 Dieta podstawowa		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól,	• Zupa z dyni 300ml [woda, dynia (60%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, pomidor (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**),	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy],

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • ogórek świeży 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, cukier, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • paluszek wieprzowo-drobiowy pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (38, 7%), karkówka wieprzowa z/k (16, 1%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (12, 9%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, cebula, natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	• chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • pomidor 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2191 kcal; Białko ogółem: 103,52g; Tłuszcz: 77,23g; Kw. tł. nas.: 32,52g; Węglowodany ogółem: 285,14g; W tym cukry: 87,80g; Błonnik: 33,01g; Sód: 2492,21mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 17.10.2026 Dieta łatwostrawna		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny	• Zupa z dyni 300ml [woda, dynia (60%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, pomidor (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, cukier, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler**	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%)

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • jabłko pieczone 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • ziemniaki 200g, • seler gotowany 120g [**seler** (95,2%), masło (z **mleka**), cukier], • woda*.	(zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1935 kcal; Białko ogółem: 101,23g; Tłuszcz: 60,02g; Kw. tł. nas.: 31,11g; Węglowodany ogółem: 265,37g; W tym cukry: 75,00g; Błonnik: 36,63g; Sód: 2984,21mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 17.10.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • jabłko pieczone 200g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml	• Zupa z dyni 300ml [woda, dynia (60%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, pomidor (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, cukier, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • ziemniaki 200g, • seler gotowany 120g [**seler** (95,2%), masło (z **mleka**), cukier], • woda*. **Podwieczorek:** kisiel owocowy ze śmietanką 150g [woda, kisiel	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
[woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** jogurt owocowy 150g [**mleko**, truskawki – 9%; cukier; skrobia; stabilizator: pektyny; koncentrat: z marchwi i soku z buraka ćwikłowego; aromat; żywe kultury bakterii jogurtowych].	owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), śmietanka 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), cukier].	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2072 kcal; Białko ogółem: 101,53g; Tłuszcz: 58,10g; Kw. tł. nas.: 29,99g; Węglowodany ogółem: 304,50g; W tym cukry: 85,73g; Błonnik: 35,87g; Sód: 3048,81mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 17.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • jabłko pieczone 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa z dyni 300ml [woda, dynia (60%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, pomidor (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, cukier, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • ziemniaki 200g, • seler gotowany 120g [**seler** (95,2%), masło (z **mleka**), cukier], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1861 kcal; Białko ogółem: 101,15g; Tłuszcz: 51,76g; Kw. tł. nas.: 25,63g; Węglowodany ogółem: 265,29g; W tym cukry: 74,94g; Błonnik: 36,63g; Sód: 2983,31mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Sobota, 17.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • ogórek świeży 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa z dyni 300ml [woda, dynia (60%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, pomidor (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, cukier, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • ziemniaki 200g, • surówka z selera 120g [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), cukier, natka pietruszki, cukier, sól], • woda*.	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2046 kcal; Białko ogółem: 107,81g; Tłuszcz: 61,14g; Kw. tł. nas.: 24,34g; Węglowodany ogółem: 283,90g; W tym cukry: 77,93g; Błonnik: 38,41g; Sód: 2691,71mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 17.10.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 50g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana,	• Zupa z dyni 300ml [woda, dynia (60%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, pomidor (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, cukier, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (58,8%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje,	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%),

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • ogórek świeży 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka z buraka i ogórka kiszonego 120g [buraki (79%), ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy) (15,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól].	tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, marchew (6,5%), **seler** korzeń (6,5%), natka pietruszki, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • ziemniaki 200g, • surówka z selera 120g [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), cukier, natka pietruszki, cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)].	marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154 kcal; Białko ogółem: 109,82g; Tłuszcz: 61,41g; Kw. tł. nas.: 25,74g; Węglowodany ogółem: 312,97g; W tym cukry: 82,24g; Błonnik: 48,51g; Sód: 3654,18mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 17.10.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Kasza jęczmienna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza **jęczmienna** (6,3%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • ogórek świeży 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%)	• Zupa z dyni 300ml [woda, dynia (60%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, pomidor (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, cukier, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • paluszek wieprzowo-drobiowy pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (38, 7%), karkówka wieprzowa z/k (16, 1%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (12, 9%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna, cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas askorbinowy), **jaja** kurze, cebula, natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml [woda,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
(zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** jogurt owocowy 150g [**mleko**, truskawki – 9%; cukier; skrobia; stabilizator: pektyny; koncentrat: z marchwi i soku z buraka ćwikłowego; aromat; żywe kultury bakterii jogurtowych].	marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** kisiel owocowy ze śmietanką 150g [woda, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), śmietanka 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), cukier].	przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • pomidor 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • kasza kukurydziana na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, kasza kukurydziana (8%) sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2638 kcal; Białko ogółem: 119,70g; Tłuszcz: 84,61g; Kw. tł. nas.: 36,73g; Węglowodany ogółem: 366,31g; W tym cukry: 120,58g; Błonnik: 35,43g; Sód: 3093,06mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Niedziela, 18.10.2026 Dieta podstawowa		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**],	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • udziec z kurczaka duszony 110g [udziec z kurczaka (97,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos potrawkowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), mąka **pszenna**, sól, cukier, kwasek cytrynowy], • ryż gotowany 200g [woda, ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • marchewka z groszkiem 120g [marchew (89,8%), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól],	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • ser żółty 40g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • wędlina drobiowa 20g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność:

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• papryka świeża 60g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• woda*.	**glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • ogórek świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152 kcal; Białko ogółem: 97,05g; Tłuszcz: 86,10g; Kw. tł. nas.: 37,04g; Węglowodany ogółem: 258,47g; W tym cukry: 54,53g; Błonnik: 23,35g; Sód: 2866,38mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 18.10.2026 Dieta łatwostrawna		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • sałata 5g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • schab gotowany 100g [schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • dynia gotowana 120g[dynia (95,2%), masło (z **mleka**), sól] • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • wędlina drobiowa 20g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1855 kcal; Białko ogółem: 102,25g; Tłuszcz: 66,30g; Kw. tł. nas.: 32,90g; Węglowodany ogółem: 222,24g; W tym cukry: 51,38g; Błonnik: 20,35g; Sód: 2799,30mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 18.10.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • sałata 5g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)].	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • schab gotowany 100g [schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • dynia gotowana 120g [dynia (95,2%), masło (z **mleka**), sól] • woda*. **Podwieczorek:** budyń śmietankowy z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę), barwnik: kurkumina), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,5%), cukier].	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • wędlina drobiowa 20g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1889 kcal; Białko ogółem: 101,90g; Tłuszcz: 65,65g; Kw. tł. nas.: 32,31g; Węglowodany ogółem: 233,36g; W tym cukry: 62,31g; Błonnik: 19,70g; Sód: 2827,50mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Niedziela, 18.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • sałata 5g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • schab gotowany 100g [schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • dynia gotowana 120g [dynia (95,2%), masło (z **mleka**), sól] • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • wędlina drobiowa 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1804 kcal; Białko ogółem: 105,61g; Tłuszcz: 59,10g; Kw. tł. nas.: 27,68g; Węglowodany ogółem: 222,16g; W tym cukry: 51,32g; Błonnik: 20,35g; Sód: 2952,20mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 18.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • schab gotowany 100g [schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony],	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**),

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • papryka świeża 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • marchewka z groszkiem 120g [marchew (89,8%), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*.	• twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • wędlina drobiowa 20g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • ogórek świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1939 kcal; Białko ogółem: 110,15g; Tłuszcz: 68,23g; Kw. tł. nas.: 27,11g; Węglowodany ogółem: 233,79g; W tym cukry: 47,39g; Błonnik: 25,31g; Sód: 2669,60mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 18.10.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 50g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • papryka świeża 60g, • roszponka 5g,	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • schab gotowany 100g [schab wieprzowy b/k (97,6%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • marchewka z groszkiem 120g [marchew (89,8%), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), surówka z dyni 120g [dynia (67,7%), marchew, ogórek	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • wędlina drobiowa 20g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca:

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka brokułowa 120g [brokuł mrożony (48,5%), **jajo**, pomidor, jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól,przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól].	kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), jabłko, pomidor świeży, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy].	E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • ogórek świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2296 kcal; Białko ogółem: 120,20g; Tłuszcz: 84,24g; Kw. tł. nas.: 33,26g; Węglowodany ogółem: 285,81g; W tym cukry: 51,60g; Błonnik: 44,19g; Sód: 3771,52mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 18.10.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • papryka świeża 60g,	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (10%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • udziec z kurczaka duszony 110g [udziec z kurczaka (97,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos potrawkowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), mąka **pszenna**, sól, cukier, kwasek cytrynowy], • ryż gotowany 200g [woda, ryż biały (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • marchewka z groszkiem 120g [marchew (89,8%), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*.	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • ser żółty 40g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • wędlina drobiowa 20g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)].	**Podwieczorek:** budyń śmietankowy z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę), barwnik: kurkumina), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,5%), cukier].	**siarczynów**.], • ogórek świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • kasza jaglana na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza jaglana (6,2%) sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2508 kcal; Białko ogółem: 113,88g; Tłuszcz: 95,05g; Kw. tł. nas.: 41,93g; Węglowodany ogółem: 310,70g; W tym cukry: 87,53g; Błonnik: 24,12g; Sód: 3445,58mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Poniedziałek, 19.10.2026 Dieta podstawowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kapusta świeża, kalafior mrożony, fasolka szparagowa mrożona, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • gulasz z morszczuka z warzywami 150g [filet z **morszczuka** (38%), marchew, **seler** korzeń, papryka mrożona, kalafior mrożony, pieczarki mrożone, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, pietruszka natka, sól, pieprz mielony, majeranek], • ziemniaki 200g, • surówka jarzynowa 120g [kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • sałatka jarzynowa z cieciorką 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), **jajo**, ciecierzyca (ciecierzyca, woda, sól) (5%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny), sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2301 kcal; Białko ogółem: 102,63g; Tłuszcz: 95,85g; Kw. tł. nas.: 32,80g; Węglowodany ogółem: 274,67g; W tym cukry: 65,07g; Błonnik: 38,90g; Sód: 2920,62mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 19.10.2026 Dieta łatwostrawna		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • ryż mleczny z musem jabłkowym 250g [**mleko** 2% (34,4%), jabłka (34,4%), ryż biały, woda, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)], sos waniliowy 50ml [**mleko** 2%, cukier, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)] • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (31%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232 kcal; Białko ogółem: 95,07g; Tłuszcz: 77,93g; Kw. tł. nas.: 39,74g; Węglowodany ogółem: 299,17g; W tym cukry: 102,40g; Błonnik: 24,56g; Sód: 3043,82mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 19.10.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól],	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony,	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** kaszka kukurydziana z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, kaszka kukurydziana (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól].	kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • ryż mleczny z musem jabłkowym 250g [**mleko** 2% (34,4%), jabłka (34,4%), ryż biały, woda, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)], sos waniliowy 50ml [**mleko** 2%, cukier, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)] • woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 15g (z **mleka**), cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), sól].	roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (31%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, sól], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2514 kcal; Białko ogółem: 101,10g; Tłuszcz: 86,40g; Kw. tł. nas.: 44,85g; Węglowodany ogółem: 346,96g; W tym cukry: 113,08g; Błonnik: 29,02g; Sód: 3525,26mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 19.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory:	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy],	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki:

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• ryż mleczny z musem jabłkowym 250g [**mleko** 2% (34,4%), jabłka (34,4%), ryż biały, woda, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)], sos waniliowy 50ml [**mleko** 2%, cukier, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)] • woda*.	E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (31%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158 kcal; Białko ogółem: 94,99g; Tłuszcz: 69,67g; Kw. tł. nas.: 34,26g; Węglowodany ogółem: 299,09g; W tym cukry: 102,34g; Błonnik: 24,56g; Sód: 3042,92mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 19.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • ryż mleczny z musem jabłkowym 250g [**mleko** 2% (34,4%), jabłka (34,4%), ryż biały, woda, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii)], sos waniliowy 50ml [**mleko** 2%, cukier, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), masło 82% tłuszczu (z **mleka**),	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (31%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), cukier waniliowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)] • woda*.	cytrynowy, sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324 kcal; Białko ogółem: 100,79g; Tłuszcz: 80,41g; Kw. tł. nas.: 34,08g; Węglowodany ogółem: 311,15g; W tym cukry: 101,86g; Błonnik: 25,80g; Sód: 2737,80mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 19.10.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 50g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, korpusy z kurczaka, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • ryż brązowy 200g [woda, ryż brązowy (92%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), sól], • sos pieczarkowy 50ml [woda, pieczarki mrożone (17%), marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, cebula, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony], • surówka jarzynowa 120g [kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • budyń śmietankowy bez cukru 150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat,	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (31%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
II śniadanie: chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka z fasolki szparagowej 120g [fasolka szparagowa (67,6%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól].	śmietanka w proszku 0, 1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę) barwnik: kurkumina)], • woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), cukinia zapiekana z ryżem i warzywami 120g [cukinia (38,8%), ryż (9,2%), marchew, papryka świeża, pieczarka świeża, cebula, jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól, pieprz mielony], sos jogurtowy 50ml [jogurt naturalny (99%) (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), suszona bazylia, suszone oregano, sól]	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2433 kcal; Białko ogółem: 106,72g; Tłuszcz: 92,65g; Kw. tł. nas.: 34,54g; Węglowodany ogółem: 313,94g; W tym cukry: 59,53g; Błonnik: 47,11g; Sód: 3647,15mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 19.10.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu,	• Zupa jarzynowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kapusta świeża, kalafior mrożony, fasolka szparagowa mrożona, groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • gulasz z morszczuka z warzywami 150g [filet z **morszczuka** (38%), marchew, **seler** korzeń, papryka mrożona, kalafior mrożony, pieczarki mrożone, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, pietruszka natka, sól, pieprz mielony, majeranek], • ziemniaki 200g, • surówka jarzynowa 120g [kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • sałatka jarzynowa z cieciorką 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), **jajo**, ciecierzyca (ciecierzyca, woda, sól) (5%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** kaszka kukurydziana z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, kaszka kukurydziana (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól].	**gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), sól].	woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny), sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2935 kcal; Białko ogółem: 126,76g; Tłuszcz: 113,94g; Kw. tł. nas.: 43,37g; Węglowodany ogółem: 371,04g; W tym cukry: 97,82g; Błonnik: 46,55g; Sód: 3629,04mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wtorek, 20.10.2026 Dieta podstawowa		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie	• Zupa z cukinii 300ml [woda, cukinia (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada wieprzowo-drobiowa z włoszczyzną pieczona 100g [łopatka wieprzowa b/k (26,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,7%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (13,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, marchew (6,7%), **seler** korzeń (6,7%), natka pietruszki, sól, pieprz czarny mielony],	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • papryka świeża 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • ogórek świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• sos paprykowy 50ml [woda, papryka mrożona (18%), marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, papryka słodka mielona, sól], • kasza jęczmienna 200g [woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól], • surówka z selera 120g [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), cukier, natka pietruszki, cukier, sól], • woda*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2189 kcal; Białko ogółem: 119,89g; Tłuszcz: 79,02g; Kw. tł. nas.: 33,53g; Węglowodany ogółem: 264,51g; W tym cukry: 50,93g; Błonnik: 32,15g; Sód: 2732,94mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 20.10.2026 Dieta łatwostrawna		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • sałata 5g, • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa z cukinii 300ml [woda, cukinia (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada ziemniaczana z mięsem drobiowym 250g [ziemniaki (58,3%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (19,4%), mąka **pszenna**, **jaja** kurze, marchew, **seler** korzeń, mąka ziemniaczana, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera **gluten**), woda, sól, drożdże), masło 82% tł. (z **mleka**), sól, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • marchewka gotowana 120g [marchew (95%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina /

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
		annato)], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194 kcal; Białko ogółem: 101,92g; Tłuszcz: 68,28g; Kw. tł. nas.: 35,94g; Węglowodany ogółem: 307,31g; W tym cukry: 55,27g; Błonnik: 32,50g; Sód: 3018,78mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 20.10.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • sałata 5g, • pomidor 60g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477].	• Zupa z cukinii 300ml [woda, cukinia (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada ziemniaczana z mięsem drobiowym 250g [ziemniaki (58,3%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (19,4%), mąka **pszenna**, **jaja** kurze, marchew, **seler** korzeń, mąka ziemniaczana, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera **gluten**), woda, sól, drożdże), masło 82% tł. (z **mleka**), sól, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • marchewka gotowana 120g [marchew (95%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** kaszka manna z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, kasza manna **pszenna** (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól].	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2400 kcal; Białko ogółem: 106,40g; Tłuszcz: 69,01g; Kw. tł. nas.: 35,40g; Węglowodany ogółem: 353,85g; W tym cukry: 61,24g; Błonnik: 32,95g; Sód: 3428,93mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wtorek, 20.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • sałata 5g, • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa z cukinii 300ml [woda, cukinia (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada ziemniaczana z mięsem drobiowym 250g [ziemniaki (58,3%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (19,4%), mąka **pszenna**, **jaja** kurze, marchew, **seler** korzeń, mąka ziemniaczana, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera **gluten**), woda, sól, drożdże), masło 82% tł. (z **mleka**), sól, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • marchewka gotowana 120g [marchew (95%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2120 kcal; Białko ogółem: 101,84g; Tłuszcz: 60,02g; Kw. tł. nas.: 30,46g; Węglowodany ogółem: 307,23g; W tym cukry: 55,21g; Błonnik: 32,50g; Sód: 3017,88mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 20.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda,	• Zupa z cukinii 300ml [woda, cukinia (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada ziemniaczana z mięsem	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy],

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • ogórek świeży 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	drobiowym 250g [ziemniaki (58,3%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (19,4%), mąka **pszenna**, **jaja** kurze, marchew, **seler** korzeń, mąka ziemniaczana, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera **gluten**), woda, sól, drożdże), masło 82% tł. (z **mleka**), sól, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • surówka z marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól], • woda*.	• masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • papryka świeża 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240 kcal; Białko ogółem: 105,64g; Tłuszcz: 67,15g; Kw. tł. nas.: 27,73g; Węglowodany ogółem: 317,97g; W tym cukry: 54,82g; Błonnik: 34,68g; Sód: 2676,08mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 20.10.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • ogórek świeży 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa z cukinii 300ml [woda, cukinia (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada ziemniaczana z mięsem drobiowym 250g [ziemniaki (58,3%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (19,4%), mąka **pszenna**, **jaja** kurze, marchew, **seler** korzeń, mąka ziemniaczana, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera **gluten**), woda, sól, drożdże), masło 82% tł. (z **mleka**), sól, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • surówka z marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko,	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 50g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
II śniadanie: chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), pomidor z cebulą i sosem ziołowym 120g [pomidor (88,9%), cebula (7,4%), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól].	śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól], • woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), mix sałat z nasionami i sosem winegret 120g [sałata lodowa (30, 6%), papryka konserwowa (papryka, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, olej rzepakowy, liść laurowy, **gorczyca**, ziele angielskie), ogórek konserwowy (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, koper, **gorczyca**, liść laurowy, czosnek, ziele angielskie), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), olej rzepakowy rafinowany 100%, nasiona dyni, nasiona słonecznika, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, cukier, sól, przyprawy naturalne), lubczyk, bazylia].	**siarczynów**.], • papryka świeża 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2476 kcal; Białko ogółem: 109,73g; Tłuszcz: 79,08g; Kw. tł. nas.: 31,93g; Węglowodany ogółem: 354,27g; W tym cukry: 49,41g; Błonnik: 50,40g; Sód: 3803,07mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 20.10.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian	• Zupa z cukinii 300ml [woda, cukinia (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • rolada wieprzowo-drobiowa z włoszczyzną pieczona 100g [łopatka wieprzowa b/k (26,7%), karkówka wieprzowa z/k (16,7%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (13,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, marchew (6,7%), **seler** korzeń (6,7%), natka pietruszki,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • papryka świeża 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • ogórek świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477].	sól, pieprz czarny mielony], • sos paprykowy 50ml [woda, papryka mrożona (18%), marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, papryka słodka mielona, sól], • kasza jęczmienna 200g [woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól], • surówka z selera 120g [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), cukier, natka pietruszki, cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** kaszka manna z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, kasza manna **pszenna** (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól].	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2741 kcal; Białko ogółem: 142,43g; Tłuszcz: 90,57g; Kw. tł. nas.: 38,66g; Węglowodany ogółem: 355,17g; W tym cukry: 79,18g; Błonnik: 35,11g; Sód: 3305,84mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Środa, 21.10.2026 Dieta podstawowa		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego,	• Zupa fasolowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, fasola sucha (20%), **seler** korzeń, maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciw utleniacz: izoskobinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek], • **jaja** gotowane 2 szt.,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • leczo wieprzowe z warzywami 180g [łopatka wieprzowa b/k (25,5%), marchew, karkówka wieprzowa z/k (10,6%), **seler** korzeń, papryka mrożona, fasolka szparagowa mrożona, pieczarka mrożona, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • banan 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• sos musztardowy 50ml [woda, marchew, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (7%), **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony], • ziemniaki 200g, • surówka z dyni 120g [dynia (67,7%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), jabłko, pomidor świeży, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2615 kcal; Białko ogółem: 115,71g; Tłuszcz: 99,41g; Kw. tł. nas.: 36,07g; Węglowodany ogółem: 334,69g; W tym cukry: 95,37g; Błonnik: 42,95g; Sód: 2697,13mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 21.10.2026 Dieta łatwostrawna		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**],	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • budyń z morszczuka z włoszczyzną gotowany 100g [filet z **morszczuka** (54,6%), marchew, **seler** korzeń, **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól],	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • sałatka jarzynowa 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, brokuły mrożone, **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), sól], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%),

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• pomidor 60g, • banan 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• ziemniaki 200g, • seler gotowany ze szpinakiem 120g [**seler** (89,2%), szpinak mrożony (6,4%), masło (z **mleka**), cukier], • woda*.	kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2097 kcal; Białko ogółem: 91,28g; Tłuszcz: 64,35g; Kw. tł. nas.: 33,31g; Węglowodany ogółem: 307,79g; W tym cukry: 90,17g; Błonnik: 38,00g; Sód: 3229,15mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 21.10.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • banan 200g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** serek homogenizowany waniliowy 150g [**mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych].	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • budyń z morszczuka z włoszczyzną gotowany 100g [filet z **morszczuka** (54,6%), marchew, **seler** korzeń, **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • seler gotowany ze szpinakiem 120g [**seler** (89,2%), szpinak mrożony (6,4%), masło (z **mleka**), cukier], • woda*. **Podwieczorek:** jabłko pieczone 200g.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • sałatka jarzynowa 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, brokuły mrożone, **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), sól], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2262 kcal; Białko ogółem: 96,45g; Tłuszcz: 68,63g; Kw. tł. nas.: 35,96g; Węglowodany ogółem: 336,95g; W tym cukry: 119,27g; Błonnik: 41,22g; Sód: 3186,15mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Środa, 21.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • banan 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • budyń z morszczuka z włoszczyzną gotowany 100g [filet z **morszczuka** (54,6%), marchew, **seler** korzeń, **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • seler gotowany ze szpinakiem 120g [**seler** (89,2%), szpinak mrożony (6,4%), masło (z **mleka**), cukier], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • sałatka jarzynowa 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, brokuły mrożone, **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), sól], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2023 kcal; Białko ogółem: 91,20g; Tłuszcz: 56,09g; Kw. tł. nas.: 27,83g; Węglowodany ogółem: 307,71g; W tym cukry: 90,11g; Błonnik: 38,00g; Sód: 3228,25mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 21.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • budyń z morszczuka z włoszczyzną gotowany 100g [filet z **morszczuka** (54,6%), marchew, **seler** korzeń, **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory:	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • sałatka jarzynowa 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • banan 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka z selera 120g [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), cukier, natka pietruszki, cukier, sól], • woda*.	**jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny), sól]jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2259 kcal; Białko ogółem: 96,64g; Tłuszcz: 71,37g; Kw. tł. nas.: 27,39g; Węglowodany ogółem: 326,74g; W tym cukry: 91,68g; Błonnik: 39,53g; Sód: 3391,84mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 21.10.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 50g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • banan 200g, • kawa zbożowa z mlekiem	• Marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • budyń z morszczuka z włoszczyzną gotowany 100g [filet z **morszczuka** (54,6%), marchew, **seler** korzeń, **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos koperkowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koper mrożony (3%), **mleko** 2%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen,	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • sałatka jarzynowa 180g [marchew, ziemniaki, **seler** korzeń, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), **jajo**, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik:

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka z brukselki 120g [brukselka mrożona (67%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), kukurydza konserwowa, sól].	emulgator: E471), mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka z selera 120g [**seler** korzeń (85,9%), śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), rodzynki (rodzynki, olej roślinny, substancja konserwująca: E220 (**dwutlenek siarki**)), cukier, natka pietruszki, cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], ogórek 30g.	ryboflawiny), sól]jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2622 kcal; Białko ogółem: 118,03g; Tłuszcz: 83,98g; Kw. tł. nas.: 34,54g; Węglowodany ogółem: 377,99g; W tym cukry: 84,74g; Błonnik: 59,05g; Sód: 4561,34mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 21.10.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • banan 200g,	• Zupa fasolowa 300ml [woda, ziemniaki, marchew, fasola sucha (20%), **seler** korzeń, maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciw utleniacz: izoskobinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek], • **jaja** gotowane 2 szt., • sos musztardowy 50ml [woda, marchew, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (7%), **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, pieprz	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • leczo wieprzowe z warzywami 180g [łopatka wieprzowa b/k (25,5%), marchew, karkówka wieprzowa z/k (10,6%), **seler** korzeń, papryka mrożona, fasolka szparagowa mrożona, pieczarka mrożona, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** serek homogenizowany waniliowy 150g [**mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych].	czarny mielony], • ziemniaki 200g, • surówka z dyni 120g [dynia (67,7%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), jabłko, pomidor świeży, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** kanapka z pastą drobiową i ogórkiem 100g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy, mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy, ogórek].	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3209 kcal; Białko ogółem: 154,16g; Tłuszcz: 118,08g; Kw. tł. nas.: 47,15g; Węglowodany ogółem: 405,43g; W tym cukry: 128,30g; Błonnik: 47,21g; Sód: 3098,93mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Czwartek, 22.10.2026 Dieta podstawowa		
• Zacierka na mleku 300ml [**mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • ser żółty 40g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • papryka świeża 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Krupnik 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kasza **jęczmienna** (6,7%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • bigos z kapusty mieszanej 150g [kapusta biała (34,2%), kapusta kiszona (31,6%) (kapusta biała, marchew 5%, sól), łopatka wieprzowa b/k, kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
	konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), marchew, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, majeranek, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy, sól], • ziemniaki 200g, • jabłko świeże 200g, • woda*.	przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • ogórek świeży 60g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279 kcal; Białko ogółem: 90,73g; Tłuszcz: 94,65g; Kw. tł. nas.: 38,36g; Węglowodany ogółem: 280,98g; W tym cukry: 76,50g; Błonnik: 32,05g; Sód: 2813,73mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 22.10.2026 Dieta łatwostrawna		
• Zacierka na mleku 300ml [**mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%,	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • potrawka z drobiu 150g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (51%), marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, koper, sól, majeranek], • ziemniaki 200g, • cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), sól], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • sałata 5g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827 kcal; Białko ogółem: 97,04g; Tłuszcz: 63,30g; Kw. tł. nas.: 34,30g; Węglowodany ogółem: 227,14g; W tym cukry: 55,25g; Błonnik: 21,66g; Sód: 2375,55mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 22.10.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Zacierka na mleku 300ml [**mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • potrawka z drobiu 150g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (51%), marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, koper, sól, majeranek], • ziemniaki 200g, • cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), sól], • woda*. **Podwieczorek:** jogurt owocowy 150g [**mleko**, truskawki – 9%; cukier; skrobia; stabilizator: pektyny; koncentrat: z marchwi i soku z buraka ćwikłowego; aromat; żywe kultury bakterii jogurtowych].	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • sałata 5g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
(sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • roszponka 5g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** kisiel z dyni 150g [woda, dynia (40,6%), jabłko, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), cukier, kwasek cytrynowy].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1955 kcal; Białko ogółem: 97,75g; Tłuszcz: 60,00g; Kw. tł. nas.: 32,16g; Węglowodany ogółem: 268,03g; W tym cukry: 69,20g; Błonnik: 24,93g; Sód: 2420,75mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 22.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Zacierka na mleku 300ml [**mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**],	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • potrawka z drobiu 150g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (51%), marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, koper, sól, majeranek], • ziemniaki 200g, • cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), sól], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • sałata 5g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1807 kcal; Białko ogółem: 100,20g; Tłuszcz: 59,35g; Kw. tł. nas.: 29,86g; Węglowodany ogółem: 227,75g; W tym cukry: 55,45g; Błonnik: 21,88g; Sód: 2430,26mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 22.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Zacierka na mleku 300ml [**mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • ser żółty 20g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%),	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • potrawka z drobiu 150g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (51%), marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, koper, sól, majeranek], • ziemniaki 200g, • surówka z cukinii 120g [cukinia (71,8%), marchew, pomidor świeży, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól], • woda*.	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • ogórek świeży 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1954 kcal; Białko ogółem: 106,25g; Tłuszcz: 69,91g; Kw. tł. nas.: 28,93g; Węglowodany ogółem: 235,49g; W tym cukry: 49,57g; Błonnik: 24,95g; Sód: 2348,23mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 22.10.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 50g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • ser żółty 20g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** kisiel z dyni z jogurtem naturalnym 120g [woda, dynia (40,6%), jabłko, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), cukier, kwasek cytrynowy, jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych) (7%),].	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, koper mrożony (3,3%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • potrawka z drobiu 150g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (51%), marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, koper, sól, majeranek], • ziemniaki 200g, • surówka z cukinii 120g [cukinia (71,8%), marchew, pomidor świeży, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), surówka jarzynowa 120g [kapusta biała (78,4%), marchew (13%), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól, kwasek cytrynowy].	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • ogórek świeży 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087 kcal; Białko ogółem: 103,62g; Tłuszcz: 71,80g; Kw. tł. nas.: 29,75g; Węglowodany ogółem: 273,75g; W tym cukry: 64,83g; Błonnik: 39,92g; Sód: 2910,41mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 22.10.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Zacierka na mleku 300ml [**mleko** (72,7%), woda, mąka **pszenna** (8,7%), **jaja** kurze (4,1%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • ser żółty 40g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • papryka świeża 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** kisiel z dyni 150g [woda, dynia (40,6%), jabłko, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), cukier, kwasek cytrynowy].	• Krupnik 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kasza **jęczmienna** (6,7%), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • bigos z kapusty mieszanej 150g [kapusta biała (34,2%), kapusta kiszona (31,6%) (kapusta biała, marchew 5%, sól), łopatka wieprzowa b/k, kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), marchew, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, majeranek, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy, sól], • ziemniaki 200g, • jabłko świeże 200g, • woda*. **Podwieczorek:** jogurt owocowy 150g [**mleko**, truskawki – 9%; cukier; skrobia; stabilizator: pektyny; koncentrat: z marchwi i soku z buraka ćwikłowego; aromat; żywe kultury bakterii jogurtowych].	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka ze skórą 65%, woda, żelatyna wieprzowa, maltodekstryna, regulator kwasowości: E331, E500, przeciwutleniacz: E301, E300, E316, wzmacniacz smaku: E621, sól, hydrolizat białka **sojowego**, skrobia, aromaty, przyprawy (pieprz, papryka, czosnek, ziele angielskie, kwiat muszkatu, imbir, kolendra), tkanka łączna drobiowa z kurczaka, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • ogórek świeży 60g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2786 kcal; Białko ogółem: 109,63g; Tłuszcz: 100,63g; Kw. tł. nas.: 41,66g; Węglowodany ogółem: 377,08g; W tym cukry: 112,56g; Błonnik: 36,82g; Sód: 3036,73mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Piątek, 23.10.2026 Dieta podstawowa		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb graham 40g [mąka	• Barszcz czerwony 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
pszenna graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	cukier, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • pulpet z morszczuka ze szpinakiem pieczony 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka z cukinii 120g [cukinia (71,8%), marchew, pomidor świeży, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól], • woda*.	przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • sałatka warzywno-owocowa z makaronem 180g [marchew (37,2%), ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,3%), **seler** korzeń, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy) , majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2309 kcal; Białko ogółem: 105,06g; Tłuszcz: 86,69g; Kw. tł. nas.: 33,75g; Węglowodany ogółem: 292,59g; W tym cukry: 72,93g; Błonnik: 32,59g; Sód: 3099,82mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 23.10.2026 Dieta łatwostrawna		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-	• Barszcz z warzywami 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, brokuł mrożony, kalafior mrożony, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • kopytka ziemniaczane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**),

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	**pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • woda*.	• gulasz z morszczuka z warzywami 180g [filet z **morszczuka** (40,8%), marchew, brokuły mrożone, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, natka pietruszki, sól, majeranek], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2126 kcal; Białko ogółem: 105,77g; Tłuszcz: 59,29g; Kw. tł. nas.: 31,41g; Węglowodany ogółem: 305,23g; W tym cukry: 64,92g; Błonnik: 32,26g; Sód: 2729,68mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 23.10.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 60g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** budyń śmietankowy z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę), barwnik:	• Barszcz z warzywami 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, brokuł mrożony, kalafior mrożony, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • kopytka ziemniaczane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • woda*. **Podwieczorek:** bułka mleczna 50g [mąka **pszenna**, **mleko**, cukier kryształ, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; regulator kwasowości: E330; aromat, barwniki: E160b, substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), drożdże, **jaja**,	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • gulasz z morszczuka z warzywami 180g [filet z **morszczuka** (40,8%), marchew, brokuły mrożone, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, natka pietruszki, sól, majeranek], • jogurt naturalny 150g [**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych], • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
kurkumina), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,5%), cukier].	mąka **żytnia**, sól, mak, **sezam**, dodatek wypiekowy – polepszacz [mąka **pszenna**, emulgator: E472e; enzymy [zawierają **gluten**], środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], dżem truskawkowy 20g[truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy] .	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2332 kcal; Białko ogółem: 108,80g; Tłuszcz: 60,48g; Kw. tł. nas.: 31,34g; Węglowodany ogółem: 352,38g; W tym cukry: 88,64g; Błonnik: 32,73g; Sód: 2925,78mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 23.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Barszcz z warzywami 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, brokuł mrożony, kalafior mrożony, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • kopytka ziemniaczane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • gulasz z morszczuka z warzywami 180g [filet z **morszczuka** (40,8%), marchew, brokuły mrożone, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, natka pietruszki, sól, majeranek], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2052 kcal; Białko ogółem: 105,69g; Tłuszcz: 51,03g; Kw. tł. nas.: 25,93g; Węglowodany ogółem: 305,15g; W tym cukry: 64,86g; Błonnik: 32,26g; Sód: 2728,78mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 23.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda,	• Barszcz z warzywami 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, brokuł mrożony, kalafior mrożony, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • kopytka ziemniaczane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • woda*.	askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • gulasz z morszczuka z warzywami 180g [filet z **morszczuka** (40,8%), marchew, brokuły mrożone, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, natka pietruszki, sól, majeranek], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183 kcal; Białko ogółem: 99,65g; Tłuszcz: 61,94g; Kw. tł. nas.: 25,61g; Węglowodany ogółem: 320,25g; W tym cukry: 65,30g; Błonnik: 34,61g; Sód: 2384,46mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 23.10.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka z fasolki szparagowej 120g [fasolka	• Barszcz z warzywami 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, brokuł mrożony, kalafior mrożony, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • kopytka ziemniaczane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, sól], • sos pomidorowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30% (7%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól, cukier], • galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), surówka z marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko,	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • gulasz z morszczuka z warzywami 180g [filet z **morszczuka** (40,8%), marchew, brokuły mrożone, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, natka pietruszki, sól, majeranek], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
szparagowa (67,6%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól].	śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól].	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2450 kcal; Białko ogółem: 101,87g; Tłuszcz: 70,36g; Kw. tł. nas.: 30,76g; Węglowodany ogółem: 374,47g; W tym cukry: 70,34g; Błonnik: 53,46g; Sód: 3295,52mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 23.10.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • pasta z groszku 30g [groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), cebula, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, barwnik: ryboflawiny) (79%), pietruszka natka, olej rzepakowy rafinowany 100%, pieprz czarny mielony, sól], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** budyń śmietankowy z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera laktozę), barwnik: kurkumina), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,5%), cukier].	• Barszcz czerwony 300ml [woda, buraki (40%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, cukier, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy], • pulpet z morszczuka ze szpinakiem pieczony 100g [filet z **morszczuka** (65,4%), szpinak mrożony (13,1%), **jaja** kurze, chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), natka pietruszki, sól], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka z cukinii 120g [cukinia (71,8%), marchew, pomidor świeży, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól], • woda*.	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • sałatka warzywno-owocowa z makaronem 180g [marchew (37,2%), ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,3%), **seler** korzeń, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy) , majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), ananas w syropie (ananas plastry, woda, cukier, regulator kwasowości-kwas cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**),

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
	Podwieczorek: galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)].	cykoria)], • kasza kukurydziana na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, kasza kukurydziana (8%) sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2724 kcal; Białko ogółem: 124,38g; Tłuszcz: 96,99g; Kw. tł. nas.: 39,47g; Węglowodany ogółem: 356,01g; W tym cukry: 109,83g; Błonnik: 35,12g; Sód: 3711,17mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Sobota, 24.10.2026 Dieta podstawowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • ogórek świeży 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa ziemniaczana 300ml [woda, ziemniaki (50%), marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciw utleniacz: izoskobinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • budyń wieprzowo-drobiowy pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (33,3%), karkówka wieprzowa z/k (13,9%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (11,1%), chleb pszenny (11,1%) (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, cebula, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), natka pietruszki, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos pieczarkowy 50ml [woda,	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • wędlina drobiowa 20g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
	pieczarki mrożone (17%), marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, cebula, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony], • kasza jęczmienna 200g [woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól], • surówka z marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól], • woda*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2281 kcal; Białko ogółem: 103,38g; Tłuszcz: 89,22g; Kw. tł. nas.: 34,14g; Węglowodany ogółem: 281,38g; W tym cukry: 67,96g; Błonnik: 33,94g; Sód: 2902,10mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 24.10.2026 Dieta łatwostrawna		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • roszponka 5g, • jabłko pieczone 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa ziemniaczana 300ml [woda, ziemniaki (50%), marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciw utleniacz: izoskobinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • zrazik drobiowy z ryżem gotowany 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (64,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), ryż biały (16,6%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • pomidor 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%)

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
	żytnia (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól], • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	(zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2019 kcal; Białko ogółem: 101,16g; Tłuszcz: 61,08g; Kw. tł. nas.: 31,78g; Węglowodany ogółem: 278,36g; W tym cukry: 73,28g; Błonnik: 28,42g; Sód: 2932,24mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 24.10.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • roszponka 5g, • jabłko pieczone 200g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477].	• Zupa ziemniaczana 300ml [woda, ziemniaki (50%), marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciw utleniacz: izoskobinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • zrazik drobiowy z ryżem gotowany 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (64,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), ryż biały (16,6%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, olej rzepakowy rafinowany	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • pomidor 60g, • sałata 5g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
	100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól], • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** kaszka kukurydziana z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, kaszka kukurydziana (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól].	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2226 kcal; Białko ogółem: 105,22g; Tłuszcz: 61,72g; Kw. tł. nas.: 31,19g; Węglowodany ogółem: 324,69g; W tym cukry: 79,22g; Błonnik: 29,11g; Sód: 2952,99mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 24.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • roszponka 5g, • jabłko pieczone 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa ziemniaczana 300ml [woda, ziemniaki (50%), marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciw utleniacz: izoskobinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • zrazik drobiowy z ryżem gotowany 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (64,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), ryż biały (16,6%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki:	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • pomidor 60g, • sałata 5g,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
	E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól], • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	• kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1945 kcal; Białko ogółem: 101,08g; Tłuszcz: 52,82g; Kw. tł. nas.: 26,30g; Węglowodany ogółem: 278,28g; W tym cukry: 73,22g; Błonnik: 28,42g; Sód: 2931,34mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 24.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • ogórek świeży 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa ziemniaczana 300ml [woda, ziemniaki (50%), marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciw utleniacz: izoskobinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • zrazik drobiowy z ryżem gotowany 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (64,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), ryż biały (16,6%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • papryka świeża 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
	askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól], • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2145 kcal; Białko ogółem: 105,91g; Tłuszcz: 66,38g; Kw. tł. nas.: 24,18g; Węglowodany ogółem: 293,73g; W tym cukry: 74,49g; Błonnik: 30,77g; Sód: 2563,95mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 24.10.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • ogórek świeży 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka brokułowa 120g [brokuł mrożony (48,5%), **jajo**, pomidor, jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól,przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól].	• Zupa ziemniaczana 300ml [woda, ziemniaki (50%), marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciw utleniacz: izoskobinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • zrazik drobiowy z ryżem gotowany 100g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (64,3%), chleb pszenny (mąka **pszenna** (77%), ryż biały (16,6%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 50g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • papryka świeża 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
	pietruszki, sól], • sos z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), surówka z cukinii 120g [cukinia (71,8%), marchew, pomidor świeży, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól].	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2434 kcal; Białko ogółem: 113,54g; Tłuszcz: 80,76g; Kw. tł. nas.: 30,04g; Węglowodany ogółem: 331,72g; W tym cukry: 72,47g; Błonnik: 44,26g; Sód: 3524,62mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 24.10.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian	• Zupa ziemniaczana 300ml [woda, ziemniaki (50%), marchew, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, maślanka (**maślanka** naturalna pasteryzowana, **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych), kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciw utleniacz: izoskobinian sodu, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy zawierające **gorczycę**, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty roślinne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka: jelita wieprzowe), śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • budyń wieprzowo-drobiowy pieczony 100g [łopatka wieprzowa b/k (33,3%),	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • **jajo** gotowane 1 szt., • wędlina drobiowa 20g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca:

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • ogórek świeży 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477].	karkówka wieprzowa z/k (13,9%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (11,1%), chleb pszenny (11,1%) (mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki), **jaja** kurze, cebula, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), natka pietruszki, sól, majeranek, pieprz czarny mielony], • sos pieczarkowy 50ml [woda, pieczarki mrożone (17%), marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%, cebula, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony], • kasza jęczmienna 200g [woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól], • surówka z marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól], • woda*. **Podwieczorek:** kaszka kukurydziana z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, kaszka kukurydziana (15,4%), dżem truskawkowy (truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancja zagęszczająca: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy) (5,1%), cukier, sól].	E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • kasza jaglana na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza jaglana (6,2%) sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2810 kcal; Białko ogółem: 124,62g; Tłuszcz: 99,46g; Kw. tł. nas.: 39,03g; Węglowodany ogółem: 368,82g; W tym cukry: 95,97g; Błonnik: 36,05g; Sód: 3473,85mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Niedziela, 25.10.2026 Dieta podstawowa		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól],	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • pomidor 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • łopatka pieczona z cebulą 80g [łopatka wieprzowa b/k (83,3%), cebula (12,5%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka z kapusty czerwonej 120g [kapusta czerwona (71,4%), marchew (11,9%), jabłko, cebula, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, pieprz mielony, kwasek cytrynowy, sól], • woda*.	przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • ogórek świeży 60g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2043 kcal; Białko ogółem: 98,72g; Tłuszcz: 77,19g; Kw. tł. nas.: 30,22g; Węglowodany ogółem: 249,77g; W tym cukry: 59,11g; Błonnik: 24,73g; Sód: 2435,85mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 25.10.2026 Dieta łatwostrawna		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • udziec z kurczaka gotowany 110g [udziec z kurczaka (97,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
sojowy, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • wędlina drobiowa 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1816 kcal; Białko ogółem: 91,89g; Tłuszcz: 63,36g; Kw. tł. nas.: 30,71g; Węglowodany ogółem: 232,20g; W tym cukry: 54,31g; Błonnik: 25,15g; Sód: 3215,49mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 25.10.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca:	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • udziec z kurczaka gotowany 110g [udziec z kurczaka (97,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)].	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • wędlina drobiowa 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**),

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** ryż mleczny z cynamonem 150g [**mleko** 2%, ryż biały (26,7%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, cynamon (0,7%)].		sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1910 kcal; Białko ogółem: 88,49g; Tłuszcz: 63,05g; Kw. tł. nas.: 30,96g; Węglowodany ogółem: 261,44g; W tym cukry: 54,52g; Błonnik: 25,86g; Sód: 3069,31mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 25.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • dżem truskawkowy 35g	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • udziec z kurczaka gotowany 110g [udziec z kurczaka (97,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*.	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące: E202, E200; aromat, barwniki: E160b; substancje wzbogacające – witaminy A, D, E), cukier, drożdże, sól, mąka **żytnia** (1%), kwas L-askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • wędlina drobiowa 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
[truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** ryż mleczny z cynamonem 150g [**mleko** 2%, ryż biały (26,7%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, cynamon (0,7%)].		białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975 kcal; Białko ogółem: 97,95g; Tłuszcz: 59,87g; Kw. tł. nas.: 28,12g; Węglowodany ogółem: 274,40g; W tym cukry: 64,26g; Błonnik: 26,64g; Sód: 3262,41mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 25.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • udziec z kurczaka gotowany 110g [udziec z kurczaka (97,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka z kapusty czerwonej 120g [kapusta czerwona (71,4%), marchew (11,9%), jabłko, cebula, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, pieprz mielony, kwasek cytrynowy, sól], • woda*.	• Chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • masło 10g (z **mleka**), • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • wędlina drobiowa 20g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • ogórek świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
		250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1884 kcal; Białko ogółem: 95,41g; Tłuszcz: 66,64g; Kw. tł. nas.: 22,69g; Węglowodany ogółem: 238,44g; W tym cukry: 47,40g; Błonnik: 26,99g; Sód: 2802,96mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 25.10.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 50g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • pomidor 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], masło 5g (z **mleka**), sałatka z brukselki 120g [brukselka mrożona (67%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), kukurydza konserwowa, sól].	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • udziec z kurczaka gotowany 110g [udziec z kurczaka (97,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka z kapusty czerwonej 120g [kapusta czerwona (71,4%), marchew (11,9%), jabłko, cebula, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, pieprz mielony, kwasek cytrynowy, sól], • woda*. **Podwieczorek:** kisiel z dyni 150g [woda, dynia (40,6%), jabłko, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), cukier, kwasek cytrynowy].	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 28g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 10g (z **mleka**), • pasta z jaja 60g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), pietruszka natka, sól], • wędlina drobiowa 20g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**, aromaty (zawierają **soję, seler**), sól, wzmacniacze smaku E621, E635, tłuszcz roślinny rzepakowy, regulator kwasowości: E270, glukoza, przyprawy (**gorczyca**), ekstrakty przypraw, koncentrat białek serwatkowych i kazeinian sodu (zawierają **mleko** łącznie z **laktozą**), maltodekstryna, ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • ogórek świeży 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038 kcal; Białko ogółem: 96,68g; Tłuszcz: 68,73g; Kw. tł. nas.: 23,91g; Węglowodany ogółem: 278,62g; W tym cukry: 62,81g; Błonnik: 44,24g; Sód: 3514,61mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 25.10.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
• Makaron na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, makaron (mąka makaronowa **pszenna**) (9,1%), sól], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • pomidor 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** ryż mleczny z cynamonem 150g [**mleko** 2%, ryż biały (26,7%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, cynamon (0,7%)].	• Zupa grysikowa 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, kasza manna **pszenna** (8,3%), korpusy z kurczaka, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • łopatka pieczona z cebulą 80g [łopatka wieprzowa b/k (83,3%), cebula (12,5%), olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, pieprz czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos własny 50ml [woda, marchew (14%), **seler** korzeń (14%), **mleko** 2%, mąka **pszenna**, sól], • ziemniaki 200g, • surówka z kapusty czerwonej 120g [kapusta czerwona (71,4%), marchew (11,9%), jabłko, cebula, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja** 6%, ocet), musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kw. cytrynowy), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, pieprz mielony, kwasek cytrynowy, sól], • woda*. **Podwieczorek:** galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)].	• Chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda, mąka **pszenna** (14%), sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], • chleb mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • masło 15g (z **mleka**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko kolagenowe wieprzowe, błonnik **sojowy**, regulatory kwasowości: E331, E262, sól, wzmacniacz smaku: E621, przeciwutleniacze: E316, E300, glukoza, przyprawy, ekstrakty przypraw, substancja zagęszczająca: E407a, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **selera**, **gorczycy**, **mleka** łącznie z **laktozą**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**], • ogórek świeży 60g, • dżem truskawkowy 35g [truskawki 40%, cukier, woda, substancja żelująca- pektyny, substancja zagęszczająca – guma guar, regulator kwasowości – kwas cytrynowy], • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)], • płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2506 kcal; Białko ogółem: 116,82g; Tłuszcz: 88,76g; Kw. tł. nas.: 36,40g; Węglowodany ogółem: 323,13g; W tym cukry: 81,60g; Błonnik: 27,95g; Sód: 2606,22mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Chojnice, 12.10.2026r.

zatwierdził

……
(data i podpis)

sporządziła dietetyczka
Małgorzata Miężał

……
(podpis)

** jadłospis może ulec zmianie z przyczyn losowych*