Jadłospisy na okres 26.10 – 04.11.2026

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Poniedziałek, 26.10.2026 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, 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**], • 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 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], • 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 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**), • galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (30%), marchew, **seler** korzeń, kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, 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: 2313 kcal; Białko ogółem: 96,95g; Tłuszcz: 81,66g; Kw. tł. nas.: 37,28g; Węglowodany ogółem: 310,21g; W tym cukry: 101,73g; Błonnik: 26,62g; Sód: 2714,37mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 26.10.2026 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	• Zupa selerowa 300ml [woda, **seler** korzeń (47,7%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, korpusy z kurczaka, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator:	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól, substancje konserwujące:

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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**], • sałata 5g, • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • pulpet rybny 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, • dynia gotowana 120g [dynia (95,2%), masło (z **mleka**), sól], • woda*.	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, 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: 1879 kcal; Białko ogółem: 86,94g; Tłuszcz: 63,23g; Kw. tł. nas.: 33,16g; Węglowodany ogółem: 255,63g; W tym cukry: 57,96g; Błonnik: 32,28g; Sód: 3114,12mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 26.10.2026 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 – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka	• 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 rybny 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;	• 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

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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**], • 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:** jabłko pieczone 200g.	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, • 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].	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], • 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: 1981 kcal; Białko ogółem: 86,77g; Tłuszcz: 63,32g; Kw. tł. nas.: 32,65g; Węglowodany ogółem: 283,81g; W tym cukry: 83,60g; Błonnik: 35,61g; Sód: 3139,25mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 26.10.2026 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 – 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,	• 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 rybny 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],	• 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

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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**], • sałata 5g, • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• 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, • dynia gotowana 120g [dynia (95,2%), masło (z **mleka**), sól], • woda*.	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: 1805 kcal; Białko ogółem: 86,86g; Tłuszcz: 54,97g; Kw. tł. nas.: 27,68g; Węglowodany ogółem: 255,55g; W tym cukry: 57,90g; Błonnik: 32,28g; Sód: 3113,22mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 26.10.2026 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 – 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**], • papryka świeża 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%),	• 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 rybny ze szpinakiem duszony 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 dyni 120g [dynia (67,7%), marchew, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), jabłko, pomidor świeży, majonez (olej	• 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 (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],

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	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*.	• kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2149 kcal; Białko ogółem: 94,37g; Tłuszcz: 77,09g; Kw. tł. nas.: 27,15g; Węglowodany ogółem: 286,25g; W tym cukry: 67,92g; Błonnik: 38,23g; Sód: 3456,31mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 26.10.2026 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**], • 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**),	• 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 rybny ze szpinakiem duszony 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 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	• 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 (46,5%), makaron (mąka makaronowa **pszenna** pełnoziarnista) (11,6%), **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
• pomidor z sosem ziołowym 120g [pomidor (100 %), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól]	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**), • pasta drobiowa z warzywami 30g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy] • ogórek 30g.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2374 kcal; Białko ogółem: 108,80g; Tłuszcz: 83,67g; Kw. tł. nas.: 30,84g; Węglowodany ogółem: 319,20g; W tym cukry: 60,03g; Błonnik: 49,72g; Sód: 4232,16mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 26.10.2026 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**), • 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**], • papryka świeża 60g, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%)	• 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], • 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 wanilinowy (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],	• 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**), • galaretka drobiowa z warzywami 130g [rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler** korzeń, pietruszka naciowa), udziec z kurczaka (30%), marchew, **seler** korzeń, kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), żelatyna spożywcza wieprzowa, pietruszka natka, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, 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)], • kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
(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 sosem ziołowym 120g [pomidor (100 %), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól]	• masło 5g (z **mleka**), • pasta drobiowa z warzywami 15g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew, **seler**, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy], • ogórek 30g.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2880 kcal; Białko ogółem: 122,31g; Tłuszcz: 102,35g; Kw. tł. nas.: 46,56g; Węglowodany ogółem: 384,38g; W tym cukry: 118,40g; Błonnik: 34,36g; Sód: 3245,15mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wtorek, 27.10.2026 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**.], • pomidor 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**),	• Zupa owocowa z kostką z kaszy manny 300ml [woda, **mleko** 2%, mieszanka kompotowa mrożona (26,7%), kasza manna **pszenna** (10%), cukier, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy), mąka ziemniaczana, cynamon], • zrazik wieprzowo-drobiowy z włoszczyzną pieczony 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], • 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 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], • **jajo** gotowane 1 szt., • 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
cykoria)].	• 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*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141 kcal; Białko ogółem: 103,78g; Tłuszcz: 78,49g; Kw. tł. nas.: 34,66g; Węglowodany ogółem: 263,85g; W tym cukry: 66,44g; Błonnik: 22,48g; Sód: 1760,91mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 27.10.2026 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], • 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)].	• 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], • 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 z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<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 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**.], • **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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1852 kcal; Białko ogółem: 105,69g; Tłuszcz: 62,29g; Kw. tł. nas.: 33,04g; Węglowodany ogółem: 227,64g; W tym cukry: 43,30g; Błonnik: 22,73g; Sód: 2998,37mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wtorek, 27.10.2026 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], • 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)]. **II śniadanie:** • Serek homogenizowany waniliowy 150g [**mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych]	• 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], • 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 z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), sól], • woda*. **Podwieczorek:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477].	• 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**.], • **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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2031 kcal; Białko ogółem: 113,36g; Tłuszcz: 67,12g; Kw. tł. nas.: 35,61g; Węglowodany ogółem: 254,50g; W tym cukry: 53,00g; Błonnik: 22,34g; Sód: 2951,37mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 27.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda,	• Krupnik 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, kasza **jęczmienna** (6,7%), śmietana 18%	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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 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)].	(śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz czarny mielony, 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 z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<1%), sól], • ziemniaki 200g, • cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), sól], • woda*.	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**.], • **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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967 kcal; Białko ogółem: 116,56g; Tłuszcz: 61,53g; Kw. tł. nas.: 32,51g; Węglowodany ogółem: 247,06g; W tym cukry: 62,74g; Błonnik: 22,73g; Sód: 2997,47mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 27.10.2026 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], • wędlina drobiowa 20g [filet z	• 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], • rolada drobiowa z włoszczyzną duszona 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	• 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,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	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 z kurkumą 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<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*.	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**.], • **jajo** gotowane 1 szt., • 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: 2005 kcal; Białko ogółem: 112,33g; Tłuszcz: 68,27g; Kw. tł. nas.: 25,86g; Węglowodany ogółem: 246,11g; W tym cukry: 47,03g; Błonnik: 25,36g; Sód: 2901,97mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 27.10.2026 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], • 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,	• 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], • rolada drobiowa z włoszczyzną duszona 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 z kurkumą 50ml [woda,	• 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:

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
ocet, substancja konserwująca: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • 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 buraka i ogórka kiszonego 120g [buraki (79%), ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy) (15,8%), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, cukier, sól].	marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, kurkuma (<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**), • 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].	**glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • **jajo** gotowane 1 szt., • 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: 2268 kcal; Białko ogółem: 116,42g; Tłuszcz: 78,26g; Kw. tł. nas.: 29,65g; Węglowodany ogółem: 292,66g; W tym cukry: 48,90g; Błonnik: 39,50g; Sód: 4128,63mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 27.10.2026 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	• Zupa owocowa z kostką z kaszy manny 300ml [woda, **mleko** 2%, mieszanka kompotowa mrożona (26,7%), kasza manna **pszenna** (10%), cukier, kisiel owocowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat, sól, suszony koncentrat soku wiśniowego 0,1%, barwnik: kwas karminowy),	• 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**),

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
– 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, • rukola 5g, • 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].	mąka ziemniaczana, cynamon], • zrazik wieprzowo-drobiowy z włoszczyzną pieczony 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], • 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*. **Podwieczorek:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477].	• twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • **jajo** gotowane 1 szt., • 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: 2642 kcal; Białko ogółem: 128,63g; Tłuszcz: 92,92g; Kw. tł. nas.: 42,71g; Węglowodany ogółem: 331,82g; W tym cukry: 98,21g; Błonnik: 23,51g; Sód: 2264,91mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Środa, 28.10.2026 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**,	• 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],	• 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],

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• filet z morszczuka pieczony 80g [filet z **morszczuka** (57,8%), marchew (28,9%), **seler** korzeń (11,6%)**,** natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, majeranek], • 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 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*.	• 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, 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: 2191 kcal; Białko ogółem: 94,46g; Tłuszcz: 83,38g; Kw. tł. nas.: 32,29g; Węglowodany ogółem: 279,68g; W tym cukry: 60,01g; Błonnik: 33,01g; Sód: 3176,18mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 28.10.2026 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,	• Zupa solferino 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, fasolka szparagowa mrożona, kapusta świeża, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • pierogi leniwe 250g [ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) (47,2%), ziemniaki, mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cynamon, cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii), sól], • jabłko pieczone 200g, • 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**), • leczo drobiowe z warzywami 180g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (40%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis, Leuconostoc, Lactobacillus, mikroflora ziarna kefirowego),

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		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: 2097 kcal; Białko ogółem: 114,49g; Tłuszcz: 62,52g; Kw. tł. nas.: 35,40g; Węglowodany ogółem: 281,59g; W tym cukry: 82,77g; Błonnik: 27,34g; Sód: 2496,06mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 28.10.2026 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, • 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)].	• Zupa solferino 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, fasolka szparagowa mrożona, kapusta świeża, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • pierogi leniwe 250g [ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) (47,2%), ziemniaki, mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cynamon, cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii), sól], • jabłko pieczone 200g, • woda*. **Podwieczorek:** • Chleb pszenny 24g [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 5g (z **mleka**), • pasta z jaja i warzyw 30g [**jajo** kurze (75%), marchew, majonez (olej rzepakowy, żółtko	• 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**), • leczo drobiowe z warzywami 180g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (40%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, 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)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
II śniadanie: kisiel z dyni z jogurtem naturalnym 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), kwasek cytrynowy, jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych) (7%), cukier].	**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].	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232 kcal; Białko ogółem: 115,11g; Tłuszcz: 66,95g; Kw. tł. nas.: 36,50g; Węglowodany ogółem: 308,02g; W tym cukry: 90,68g; Błonnik: 31,48g; Sód: 2658,30mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 28.10.2026 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, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa solferino 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, fasolka szparagowa mrożona, kapusta świeża, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • pierogi leniwe 250g [ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) (47,2%), ziemniaki, mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cynamon, cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii), sól], • jabłko pieczone 200g, • 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**), • leczo drobiowe z warzywami 180g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (40%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, 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: 2023 kcal; Białko ogółem: 114,41g; Tłuszcz: 54,26g; Kw. tł. nas.: 29,92g; Węglowodany ogółem: 281,51g; W tym cukry: 82,71g; Błonnik: 27,34g; Sód: 2495,16mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 28.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Ryż na mleku 300ml [**mleko**	• Zupa solferino 300ml [woda,	• Chleb mieszany 57g [mąka

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
(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 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, • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, fasolka szparagowa mrożona, kapusta świeża, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • pierogi leniwe 250g [ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) (47,2%), ziemniaki, mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, cukier, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cynamon, cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii), sól], • jabłko świeże 200g, • woda*.	**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**), • leczo drobiowe z warzywami 180g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (40%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, 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: 2197 kcal; Białko ogółem: 120,45g; Tłuszcz: 65,18g; Kw. tł. nas.: 29,77g; Węglowodany ogółem: 295,07g; W tym cukry: 83,31g; Błonnik: 29,06g; Sód: 2187,04mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 28.10.2026 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	• Zupa solferino 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, fasolka szparagowa mrożona, kapusta świeża, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • pierogi leniwe 250g [ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) (47,2%), ziemniaki, mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cynamon, cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z	• 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**), • leczo drobiowe z warzywami 180g [mięso z piersi kurczaka bez skóry (40%), marchew, **seler** korzeń, brokuł mrożony, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, sól], • kefir naturalny 200g [**mleko**, białka **mleka**, kultury bakterii (Lactococcus lactis,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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, • 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 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].	wanilii), sól], • jabłko świeże 200g, • 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, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, sól].	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: 2397 kcal; Białko ogółem: 124,52g; Tłuszcz: 73,77g; Kw. tł. nas.: 34,94g; Węglowodany ogółem: 330,00g; W tym cukry: 78,35g; Błonnik: 47,69g; Sód: 3190,09mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 28.10.2026 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,	• 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], • filet z morszczuka pieczony 80g [filet z **morszczuka** (57,8%), marchew (28,9%), **seler** korzeń (11,6%)**,** natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, majeranek], • sos cytrynowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), **mleko** 2%,	• 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,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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, • 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 z jogurtem naturalnym 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), kwasek cytrynowy, jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych) (7%), cukier].	mąka **pszenna**, kwasek cytrynowy (<1%), sól], • 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*. **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 jaja i warzyw 10g [**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].	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, mikroflora ziarna kefirowego), drożdże kefirowe], • 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: 2712 kcal; Białko ogółem: 114,77g; Tłuszcz: 99,97g; Kw. tł. nas.: 39,71g; Węglowodany ogółem: 356,78g; W tym cukry: 92,10g; Błonnik: 41,57g; Sód: 3547,55mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Czwartek, 29.10.2026 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**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury	• 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], • makaron z sosem bolońskim 350g [makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (19,6%), łopatka wieprzowa b/k, karkówka wieprzowa z/k, marchew, **seler**	• 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,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
bakterii], • ogórek świeży 60g, • rukola 5g, • banan 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	korzeń, pieczarka mrożona, koncentrat pomidorowy 30%, cebula, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • 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*.	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 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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2373 kcal; Białko ogółem: 106,84g; Tłuszcz: 87,21g; Kw. tł. nas.: 33,08g; Węglowodany ogółem: 305,26g; W tym cukry: 91,81g; Błonnik: 32,69g; Sód: 2341,53mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 29.10.2026 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 – 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	• 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], • paluszek drobiowy z warzywami gotowany 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 ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko**	• 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 15g [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)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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**], • roszponka 5g, • banan 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól], • ziemniaki 200g, • marchew ze szpinakiem 120g [marchew (95,5%), szpinak mrożony (5,9%), masło (z **mleka**), sól], • woda*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1971 kcal; Białko ogółem: 94,52g; Tłuszcz: 56,86g; Kw. tł. nas.: 29,95g; Węglowodany ogółem: 286,33g; W tym cukry: 91,74g; Błonnik: 31,17g; Sód: 2985,79mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 29.10.2026 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 – 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**], • roszponka 5g, • banan 200g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża	• 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], • paluszek drobiowy z warzywami gotowany 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 ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól], • ziemniaki 200g, • marchew ze szpinakiem 120g [marchew (95,5%), szpinak mrożony (5,9%), masło (z **mleka**), sól], • woda*. **Podwieczorek:** galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik:	• 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 15g [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)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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].	kurkumina / annato)].	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1974 kcal; Białko ogółem: 93,92g; Tłuszcz: 53,09g; Kw. tł. nas.: 27,72g; Węglowodany ogółem: 297,04g; W tym cukry: 81,94g; Błonnik: 30,39g; Sód: 3018,09mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 29.10.2026 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 – 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**], • roszponka 5g, • banan 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• 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], • paluszek drobiowy z warzywami gotowany 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 ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, sól], • ziemniaki 200g, • marchew ze szpinakiem 120g [marchew (95,5%), szpinak mrożony (5,9%), 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**), • **jajo** gotowane 1 szt., • pasta drobiowa 15g [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: 1897 kcal; Białko ogółem: 94,44g; Tłuszcz: 48,60g; Kw. tł. nas.: 24,47g; Węglowodany ogółem: 286,25g; W tym cukry: 91,68g; Błonnik: 31,17g; Sód: 2984,89mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 29.10.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
• Kasza manna na mleku 300ml	• Barszcz czerwony 300ml	• Chleb mieszany 57g [mąka

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
[**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 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**], • ogórek świeży 60g, • rukola 5g, • banan 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	[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], • paluszek drobiowy z warzywami duszony 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 ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, 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*.	**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 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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067 kcal; Białko ogółem: 96,71g; Tłuszcz: 58,79g; Kw. tł. nas.: 23,15g; Węglowodany ogółem: 305,14g; W tym cukry: 89,78g; Błonnik: 35,91g; Sód: 2703,54mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 29.10.2026 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,	• 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], • paluszek drobiowy z warzywami duszony 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;	• 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

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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, • rukola 5g, • banan 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 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].	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 ziołowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, oregano suszone, bazylia suszone, majeranek suszony, 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:** kisiel z dyni z jogurtem naturalnym 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), kwasek cytrynowy, jogurt naturalny (**mleko**, białka **mleka**, żywe kultury bakterii jogurtowych) (7%), cukier].	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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2245 kcal; Białko ogółem: 99,57g; Tłuszcz: 61,71g; Kw. tł. nas.: 24,64g; Węglowodany ogółem: 348,84g; W tym cukry: 100,73g; Błonnik: 53,38g; Sód: 3423,04mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Czwartek, 29.10.2026 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	• 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], • makaron z sosem bolońskim	• 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

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
mąki], • masło 15g (z **mleka**), • twaróg 80g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii], • ogórek świeży 60g, • rukola 5g, • banan 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [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].	350g [makaron (mąka **pszenna** makaronowa) (19,6%), łopatka wieprzowa b/k, karkówka wieprzowa z/k, marchew, **seler** korzeń, pieczarka mrożona, koncentrat pomidorowy 30%, cebula, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, sól, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy], • 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:** galaretka owocowa 150g [woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)].	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 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)], • ryż na mleku 300ml [**mleko** (75,8%), woda, ryż biały długoziarnisty (9,1%), sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2731 kcal; Białko ogółem: 123,33g; Tłuszcz: 92,67g; Kw. tł. nas.: 36,26g; Węglowodany ogółem: 366,43g; W tym cukry: 104,12g; Błonnik: 33,41g; Sód: 2537,13mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Piątek, 30.10.2026 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**), • ser żółty 40g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii],	• 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], • pieczona rolada ziemniaczana z nadzieniem twarogowym 250g [ziemniaki (57,8 %), ser twarogowy półtłusty (**mleko**	• 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 po grecku pieczona 180g [filet z **morszczuka** (35,7%), marchew, **seler** korzeń, papryka mrożona, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• papryka świeża 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	pasteryzowane, żywe kultury bakterii) (17,6 %), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, cukier, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera **gluten**), woda, sól, drożdże), mąka ziemniaczana, masło 82 % tłuszczu (z **mleka**), budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z **mleka** krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii), sól], • sos owocowy 50ml [owoce mrożone (60%), śmietana zakwaszana 12% (z **mleka**), cukier], • woda*.	100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, liść laurowy, ziele angielskie], • 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: 2680 kcal; Białko ogółem: 127,95g; Tłuszcz: 94,46g; Kw. tł. nas.: 43,18g; Węglowodany ogółem: 344,20g; W tym cukry: 74,53g; Błonnik: 33,95g; Sód: 1824,30mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 30.10.2026 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], • pomidor 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• Zupa 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 rybny z ryżem gotowany 100g [filet z **morszczuka** (67,7%), **jaja** kurze, ryż biały (7,5%), 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 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 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%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053 kcal; Białko ogółem: 97,55g; Tłuszcz: 68,71g; Kw. tł. nas.: 35,50g; Węglowodany ogółem: 279,18g; W tym cukry: 59,90g; Błonnik: 35,92g; Sód: 2881,70mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 30.10.2026 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], • pomidor 60g, • 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:** jabłko pieczone 200g.	• Zupa 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 rybny z ryżem gotowany 100g [filet z **morszczuka** (67,7%), **jaja** kurze, ryż biały (7,5%), 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 120g [**seler** (95,2%), masło (z **mleka**), cukier], • 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].	• 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: 2246 kcal; Białko ogółem: 99,11g; Tłuszcz: 68,80g; Kw. tł. nas.: 34,99g; Węglowodany ogółem: 327,81g; W tym cukry: 85,24g; Błonnik: 40,22g; Sód: 2906,45mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 30.10.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka	• Zupa marchwianka 300ml [woda, marchew (47,7%), ziemniaki, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka,	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory:

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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], • pomidor 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • budyń rybny z ryżem gotowany 100g [filet z **morszczuka** (67,7%), **jaja** kurze, ryż biały (7,5%), 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 120g [**seler** (95,2%), masło (z **mleka**), cukier], • woda*.	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: 1979 kcal; Białko ogółem: 97,47g; Tłuszcz: 60,45g; Kw. tł. nas.: 30,02g; Węglowodany ogółem: 279,10g; W tym cukry: 59,84g; Błonnik: 35,92g; Sód: 2880,80mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 30.10.2026 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], • papryka świeża 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**),	• Zupa 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 rybny z ryżem duszony 100g [filet z **morszczuka** (67,7%), **jaja** kurze, ryż biały (7,5%), 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-	• 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, 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

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
cykoria)].	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 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*.	(**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: 2257 kcal; Białko ogółem: 103,30g; Tłuszcz: 79,88g; Kw. tł. nas.: 28,79g; Węglowodany ogółem: 297,54g; W tym cukry: 64,55g; Błonnik: 35,06g; Sód: 2990,74mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 30.10.2026 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, • roszponka 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 buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy	• Zupa 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 rybny z ryżem duszony 100g [filet z **morszczuka** (67,7%), **jaja** kurze, ryż biały (7,5%), 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	• 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, 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%)

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy].	**pszenna**, sól], • 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*. **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**), • pomidor z sosem ziołowym 120g [pomidor (100 %), olej rzepakowy rafinowany 100%, natka pietruszki, sól]	(zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2502 kcal; Białko ogółem: 103,50g; Tłuszcz: 88,73g; Kw. tł. nas.: 32,26g; Węglowodany ogółem: 344,56g; W tym cukry: 71,25g; Błonnik: 48,71g; Sód: 3658,32mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Piątek, 30.10.2026 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**), • ser żółty 40g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • papryka świeża 60g, • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** jabłko świeże 200g.	• 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], • pieczona rolada ziemniaczana z nadzieniem twarogowym 250g [ziemniaki (57,8 %), ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii) (17,6 %), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, cukier, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera **gluten**), woda, sól, drożdże), mąka ziemniaczana, masło 82 % tłuszczu (z **mleka**), budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, śmietanka w proszku 0,1% z	• 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 po grecku pieczona 180g [filet z **morszczuka** (35,7%), marchew, **seler** korzeń, papryka mrożona, cebula, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy rafinowany 100%, mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, liść laurowy, ziele angielskie], • 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
	mleka krowiego (zawiera **laktozę**), barwnik: kurkumina), cukier wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii), sól], • sos owocowy 50ml [owoce mrożone (60%), śmietana zakwaszana 12% (z **mleka**), cukier], • 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].	• kasza manna na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza manna **pszenna** (6,3%), sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3195 kcal; Białko ogółem: 146,33g; Tłuszcz: 103,83g; Kw. tł. nas.: 48,07g; Węglowodany ogółem: 434,96g; W tym cukry: 121,94g; Błonnik: 39,53g; Sód: 2011,15mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Sobota, 31.10.2026 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 – 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,	• 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], • pulpet 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, 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	• 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], • 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**.], • pomidor 60g, • kawa zbożowa z mlekiem

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• rukola 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)].	rzepakowy rafinowany 100%, sól], • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258 kcal; Białko ogółem: 106,41g; Tłuszcz: 85,49g; Kw. tł. nas.: 34,26g; Węglowodany ogółem: 276,84g; W tym cukry: 69,02g; Błonnik: 27,09g; Sód: 2355,64mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 31.10.2026 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**), • 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**.],	• 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], • budyń drobiowy z włoszczyzną gotowany 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 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, • 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**), • 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, • 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)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
• 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: 1868 kcal; Białko ogółem: 94,73g; Tłuszcz: 64,91g; Kw. tł. nas.: 33,35g; Węglowodany ogółem: 238,62g; W tym cukry: 49,79g; Błonnik: 25,60g; Sód: 3084,78mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 31.10.2026 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**), • 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**.], • sałata 5g, • herbata czarna 250ml lub kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**),	• 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], • budyń drobiowy z włoszczyzną gotowany 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 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, • bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól], • woda*. **Podwieczorek:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477].	• 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, • 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)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
cykoria)]. **II śniadanie:** • Serek homogenizowany waniliowy 150g [**mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych]		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2047 kcal; Białko ogółem: 102,40g; Tłuszcz: 69,74g; Kw. tł. nas.: 35,92g; Węglowodany ogółem: 265,48g; W tym cukry: 59,49g; Błonnik: 25,21g; Sód: 3037,78mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 31.10.2026 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**), • 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**.], • sałata 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%)	• 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], • budyń drobiowy z włoszczyzną gotowany 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 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, • 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**), • 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, • 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)].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
(zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1983 kcal; Białko ogółem: 105,60g; Tłuszcz: 64,15g; Kw. tł. nas.: 32,82g; Węglowodany ogółem: 258,04g; W tym cukry: 69,23g; Błonnik: 25,60g; Sód: 3083,88mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 31.10.2026 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**), • 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)].	• 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], • budyń drobiowy z włoszczyzną duszony 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 śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • 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*.	• 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**.], • pomidor 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: 2000 kcal; Białko ogółem: 96,13g; Tłuszcz: 70,29g; Kw. tł. nas.: 25,82g; Węglowodany ogółem: 259,01g; W tym cukry: 51,77g; Błonnik: 29,25g; Sód: 2770,90mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 31.10.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka	• Zupa z cukinii 300ml [woda,	• Chleb graham 80g [mąka

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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)]. **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,	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], • budyń drobiowy z włoszczyzną duszony 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 śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • 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:** • 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	**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**.], • pomidor 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
przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól].	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].	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268 kcal; Białko ogółem: 100,87g; Tłuszcz: 85,40g; Kw. tł. nas.: 30,74g; Węglowodany ogółem: 294,72g; W tym cukry: 46,65g; Błonnik: 44,29g; Sód: 3748,66mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Sobota, 31.10.2026 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 – 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, • rukola 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 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], • pulpet 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, 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], • sałatka z buraka 120g [buraki (84,6%), jabłko, olej rzepakowy rafinowany 100%, cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*. **Podwieczorek:** biszkopty 30g [mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, cukier płynny inwertowany, skrobia ziemniaczana, emulgatory: E471, E475, E477].	• 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], • 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**.], • pomidor 60g, • 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].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
II śniadanie: serek homogenizowany waniliowy 150g [**mleko, śmietanka,** cukier, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2771 kcal; Białko ogółem: 131,06g; Tłuszcz: 99,67g; Kw. tł. nas.: 42,19g; Węglowodany ogółem: 350,49g; W tym cukry: 100,77g; Błonnik: 29,88g; Sód: 2470,89mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Niedziela, 01.11.2026 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 – 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**], • ser żółty 20g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • papryka świeża 60g, • jabłko świeże 200g, • 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], • 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 marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, 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**), • pasta z jaja 30g [**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], • cukinia świeża 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: 2070 kcal; Białko ogółem: 97,40g; Tłuszcz: 76,75g; Kw. tł. nas.: 31,52g; Węglowodany ogółem: 263,30g; W tym cukry: 70,37g; Błonnik: 33,07g; Sód: 2762,31mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 01.11.2026 Dieta łatwostrawna		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól],	• Rosół z makaronem 300ml [woda, marchew, **seler** korzeń, makaron (mąka **pszenna**	• 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 – 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, • roszponka 5g, • jabłko pieczone 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	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, • buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • woda*.	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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2012 kcal; Białko ogółem: 102,53g; Tłuszcz: 67,49g; Kw. tł. nas.: 32,98g; Węglowodany ogółem: 260,89g; W tym cukry: 82,97g; Błonnik: 26,24g; Sód: 2728,20mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 01.11.2026 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**), • wędlina drobiowa – krakowska 40g [mięso drobiowe z fileta z kurczaka 88%, woda, białko	• 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, • buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek	• 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,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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, • 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:** 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].	cytrynowy], • 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].	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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2222 kcal; Białko ogółem: 103,99g; Tłuszcz: 68,67g; Kw. tł. nas.: 33,52g; Węglowodany ogółem: 310,70g; W tym cukry: 109,47g; Błonnik: 26,32g; Sód: 3162,95mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 01.11.2026 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**), • 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,	• 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, • buraki puree 120g [buraki (93,2%), masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól, kwasek cytrynowy], • 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],

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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, • roszponka 5g, • jabłko pieczone 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].		• kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1938 kcal; Białko ogółem: 102,45g; Tłuszcz: 59,23g; Kw. tł. nas.: 27,50g; Węglowodany ogółem: 260,81g; W tym cukry: 82,91g; Błonnik: 26,24g; Sód: 2727,30mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 01.11.2026 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 – 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**], • ser żółty 20g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • papryka świeża 60g, • jabłko świeże 200g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**),	• 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, • 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], • 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], • cukinia świeża 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
cykoria)].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2140 kcal; Białko ogółem: 114,19g; Tłuszcz: 75,78g; Kw. tł. nas.: 27,75g; Węglowodany ogółem: 263,18g; W tym cukry: 73,03g; Błonnik: 28,56g; Sód: 2543,81mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 01.11.2026 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**], • ser żółty 20g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • papryka świeża 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),	• 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, • 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 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].	• 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], • cukinia świeża 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
regulator kwasowości (kwasek cytrynowy), groszek konserwowy (groszek zielony, woda, sól), kukurydza konserwowa (ziarna kukurydzy cukrowej, woda, cukier, sól), natka pietruszki, sól].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2473 kcal; Białko ogółem: 123,00g; Tłuszcz: 90,25g; Kw. tł. nas.: 33,63g; Węglowodany ogółem: 313,21g; W tym cukry: 77,03g; Błonnik: 46,21g; Sód: 3645,08mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Niedziela, 01.11.2026 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 – 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**], • ser żółty 20g [**mleko**, sól, stabilizator – chlorek wapnia, kultury bakterii], • papryka świeża 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:** 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:	• 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 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 marchwi 120g [marchew (77,7%), jabłko, śmietana 12% (śmietanka (z **mleka**), żywe kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki, cukier, kwasek cytrynowy, 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 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**), • pasta z jaja 30g [**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], • cukinia świeża 60g, • sałata 5g, • 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].

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
karagen, emulgator: E471) (7%), cukier].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2635 kcal; Białko ogółem: 115,95g; Tłuszcz: 87,16g; Kw. tł. nas.: 37,47g; Węglowodany ogółem: 363,57g; W tym cukry: 118,98g; Błonnik: 34,65g; Sód: 3360,36mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Poniedziałek, 02.11.2026 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 – 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, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• 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], • budyń rybny 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 paprykowy 50ml [woda, papryka mrożona (18%), marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, papryka słodka mielona, 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%,	• 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**), 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 (kwasek cytrynowy), natka pietruszki, cukier, sól], • woda*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392 kcal; Białko ogółem: 103,99g; Tłuszcz: 90,82g; Kw. tł. nas.: 33,16g; Węglowodany ogółem: 307,62g; W tym cukry: 62,33g; Błonnik: 38,28g; Sód: 3349,78mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 02.11.2026 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 – 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**], • pomidor 60g, • sałata 5g, • 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 wanilinowy (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: 2139 kcal; Białko ogółem: 87,65g; Tłuszcz: 71,55g; Kw. tł. nas.: 37,97g; Węglowodany ogółem: 297,03g; W tym cukry: 102,25g; Błonnik: 23,40g; Sód: 2972,87mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 02.11.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
• Kasza manna na mleku 300ml	• Zupa jarzynowa 300ml [woda,	• Chleb pszenny 72g [mąka

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
[**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 – 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**], • 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)]. **II śniadanie:** • Chleb pszenny 24g [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 5g (z **mleka**), • pasta drobiowa z warzywami 15g [mięso z piersi kurczaka (75%), marchew, rosół (woda, korpusy drobiowe, marchew,	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 wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)], • woda*. **Podwieczorek:** • Chleb pszenny 24g [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 5g (z **mleka**), • dynia gotowana120g [dynia (95,2%), masło (z **mleka**), sól] • twaróg 20g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii]	**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], • 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
seler, pietruszka naciowa), natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2277 kcal; Białko ogółem: 98,58g; Tłuszcz: 76,55g; Kw. tł. nas.: 40,86g; Węglowodany ogółem: 311,79g; W tym cukry: 91,43g; Błonnik: 24,98g; Sód: 3272,07mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 02.11.2026 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 – 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**], • pomidor 60g, • sałata 5g, • 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 wanilinowy (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 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: 2065 kcal; Białko ogółem: 87,57g; Tłuszcz: 63,29g; Kw. tł. nas.: 32,49g; Węglowodany ogółem: 296,95g; W tym cukry: 102,19g; Błonnik: 23,40g; Sód: 2971,97mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 02.11.2026 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	• 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 mieszany 57g [mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, sól, drożdże, kwas askorbinowy – środek do przetwarzania mąki], • chleb graham 40g [mąka **pszenna** graham (56%), woda,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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**], • ogórek świeży 60g, • rukola 5g, • 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 wanilinowy (cukier, aromat, ekstrakt z wanilii) (<1%)], • 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 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: 1982 kcal; Białko ogółem: 89,69g; Tłuszcz: 70,61g; Kw. tł. nas.: 30,51g; Węglowodany ogółem: 256,76g; W tym cukry: 68,87g; Błonnik: 21,28g; Sód: 2639,51mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 02.11.2026 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,	• 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 z cukinii 120g [cukinia (71,8%), marchew, pomidor świeży, ogórek kiszony (ogórki, woda, sól, przyprawy), majonez	• 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**,

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**], • ogórek świeży 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].	(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], • budyń śmietankowy bez cukru 150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, 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**), • 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].	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: 2408 kcal; Białko ogółem: 102,47g; Tłuszcz: 91,73g; Kw. tł. nas.: 33,60g; Węglowodany ogółem: 315,25g; W tym cukry: 59,81g; Błonnik: 50,01g; Sód: 3728,50mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Poniedziałek, 02.11.2026 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 – udko z kurczaka 40g [udko z kurczaka	• 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	• 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

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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, • 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**), • 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 30g	**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], • budyń rybny 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 paprykowy 50ml [woda, papryka mrożona (18%), marchew, **seler** korzeń, **mleko** 2%, mąka **pszenna**, papryka słodka mielona, 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**), • dynia gotowana120g [dynia (95,2%), masło (z **mleka**), sól] • twaróg 20g [**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii]	**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)], • kasza jaglana na mleku 300ml [**mleko** (78,1%), woda, kasza jaglana (6,2%) sól].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2988 kcal; Białko ogółem: 133,23g; Tłuszcz: 111,61g; Kw. tł. nas.: 45,51g; Węglowodany ogółem: 386,07g; W tym cukry: 81,74g; Błonnik: 48,29g; Sód: 4273,01mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wtorek, 03.11.2026 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**), • 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**.], • pomidor 60g, • 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], • pieczeń rzymska z jajkiem pieczona 100g [łopatka wieprzowa b/k, **jaja** kurze (22,9%), karkówka wieprzowa z/k, 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), mięso z piersi kurczaka bez skóry, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera gluten), woda, sól, drożdże), cebula, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony, papryka słodka mielona], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • kasza jęczmienna 200g [woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól], • 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**), • 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
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2310 kcal; Białko ogółem: 109,45g; Tłuszcz: 92,79g; Kw. tł. nas.: 35,31g; Węglowodany ogółem: 273,12g; W tym cukry: 61,47g; Błonnik: 32,31g; Sód: 2696,03mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 03.11.2026 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 – 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**.], • **jajo** gotowane 1 szt., • roszponka 5g, • 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], • 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, • 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], • 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**.], • 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: 2122 kcal; Białko ogółem: 119,54g; Tłuszcz: 86,43g; Kw. tł. nas.: 40,95g; Węglowodany ogółem: 228,84g; W tym cukry: 58,24g; Błonnik: 26,90g; Sód: 2663,23mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 03.11.2026 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:	• 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],	• 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

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], • 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**.], • **jajo** gotowane 1 szt., • 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:** sznek drożdżowy 70g [mąka **pszenna**, 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), **mleko**, cukier kryształ, cukier puder z suchym syropem glukozowym (1%), **jaja**, drożdże, sól, dodatek wypiekowy – polepszacz [mąka **pszenna**, emulgator: E472e; enzymy (zawierają **gluten**), środek do przetwarzania mąki – kwas L-askorbinowy], aromat śmietankowy]	• 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, • cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), 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].	**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**.], • 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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2418 kcal; Białko ogółem: 126,11g; Tłuszcz: 91,41g; Kw. tł. nas.: 42,87g; Węglowodany ogółem: 286,87g; W tym cukry: 70,16g; Błonnik: 28,01g; Sód: 3170,68mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 03.11.2026 Dieta niskotłuszczowa		
• Płatki owsiane na mleku 300ml [**mleko** (76,9%), woda, płatki **owsiane** górskie (7,7%), sól], • chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda,	• Zupa z dyni 300ml [woda, dynia (60%), ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, pomidor (10%), korpusy z kurczaka, śmietana 18%	• Chleb pszenny 72g [mąka **pszenna** (77%), woda, margaryna (oleje, tłuszcze roślinne, woda, emulgatory: E471, lecytyna rzepakowa; sól,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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**.], • **jajo** gotowane 1 szt., • roszponka 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	(śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, cukier, 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, • cukinia gotowana 120g [cukinia (95,2%), masło (z **mleka**), sól], • woda*.	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 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**.], • 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: 2048 kcal; Białko ogółem: 119,46g; Tłuszcz: 78,17g; Kw. tł. nas.: 35,47g; Węglowodany ogółem: 228,76g; W tym cukry: 58,18g; Błonnik: 26,90g; Sód: 2662,33mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 03.11.2026 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 – delikatna 40g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat	• 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], • udziec z kurczaka duszony 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],	• 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], • wędlina drobiowa 20g [filet z kurczaka 90%, woda, skrobia ziemniaczana, błonnik (w tym błonnik pszenny bezglutenowy), koncentrat białka **sojowego**,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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**.], • **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)].	• 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*.	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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2306 kcal; Białko ogółem: 130,41g; Tłuszcz: 89,84g; Kw. tł. nas.: 32,96g; Węglowodany ogółem: 259,01g; W tym cukry: 66,80g; Błonnik: 33,54g; Sód: 2887,57mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 03.11.2026 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, 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**.], • **jajo** gotowane 1 szt., • pomidor 60g, • 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], • udziec z kurczaka duszony 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 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 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: E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • papryka świeża 60g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%),

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
(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 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].	**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**), • bukiet warzyw 120g [marchew, brokuł mrożony, kalafior mrożony, masło 82% tłuszczu (z **mleka**), cukier, sól].	kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2605 kcal; Białko ogółem: 134,61g; Tłuszcz: 104,25g; Kw. tł. nas.: 39,89g; Węglowodany ogółem: 305,08g; W tym cukry: 65,52g; Błonnik: 50,42g; Sód: 3825,16mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Wtorek, 03.11.2026 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**), • 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:	• 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], • pieczeń rzymska z jajkiem pieczona 100g [łopatka wieprzowa b/k, **jaja** kurze (22,9%), karkówka wieprzowa z/k, 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), mięso z piersi kurczaka bez skóry, bułka tarta (mąka **pszenna** (zawiera gluten), woda, sól, drożdże), cebula, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól, majeranek, pieprz czarny mielony, papryka słodka	• 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**.], • papryka świeża 60g, • roszponka 5g,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
E250. Możliwa obecność: **glutenu**, **dwutlenku siarki** i **siarczynów**.], • pomidor 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].	mielona], • sos śmietanowy 50ml [woda, marchew, **seler** korzeń, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471) (7%), **mleko** 2%, pietruszka natka, mąka **pszenna**, sól], • kasza jęczmienna 200g [woda, kasza **jęczmienna (91%)**, olej rzepakowy rafinowany 100%, sól], • 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*. **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].	• 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: 2850 kcal; Białko ogółem: 130,91g; Tłuszcz: 102,87g; Kw. tł. nas.: 40,13g; Węglowodany ogółem: 366,45g; W tym cukry: 89,49g; Błonnik: 35,94g; Sód: 3268,43mg * woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Środa, 04.11.2026 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	• Zupa solferino 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, fasolka szparagowa mrożona, kapusta świeża, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • kopytka ziemniaczane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, sól], • kapusta mieszana duszona 120g [kapusta biała (45,2%), kapusta kiszona (33,9%)	• 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,

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**], • ogórek świeży 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	(kapusta biała, marchew 5%, sól), cebula, kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciwutleniacz: 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%, cukier, sól], • galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • woda*.	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)].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2396 kcal; Białko ogółem: 103,78g; Tłuszcz: 84,31g; Kw. tł. nas.: 33,26g; Węglowodany ogółem: 319,21g; W tym cukry: 58,33g; Błonnik: 33,04g; Sód: 3098,00mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 04.11.2026 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**], • pomidor 60g, • sałata 5g,	• 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], • gulasz rybny z warzywami 150g [filet z **morszczuka** (40,8%), marchew, brokuły mrożone, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, natka pietruszki, sól, majeranek], • ziemniaki 200g, • jabłko pieczone 200g, • 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 (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-

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)].		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: 1858 kcal; Białko ogółem: 85,21g; Tłuszcz: 53,83g; Kw. tł. nas.: 28,25g; Węglowodany ogółem: 273,61g; W tym cukry: 73,91g; Błonnik: 31,31g; Sód: 2744,13mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 04.11.2026 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, • 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)]. **II śniadanie:** • Budyń śmietankowy z musem owocowym 150g [**mleko** 2%, budyń śmietankowy (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat,	• 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], • gulasz rybny z warzywami 150g [filet z **morszczuka** (40,8%), marchew, brokuły mrożone, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, natka pietruszki, sól, majeranek], • ziemniaki 200g, • jabłko pieczone 200g, • 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**), • 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 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
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].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1868 kcal; Białko ogółem: 84,72g; Tłuszcz: 53,12g; Kw. tł. nas.: 27,66g; Węglowodany ogółem: 279,09g; W tym cukry: 80,15g; Błonnik: 30,64g; Sód: 2772,06mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 04.11.2026 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, • sałata 5g, • 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	• 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], • gulasz rybny z warzywami 150g [filet z **morszczuka** (40,8%), marchew, brokuły mrożone, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, natka pietruszki, sól, majeranek], • ziemniaki 200g, • jabłko pieczone 200g, • 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 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
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].		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1934 kcal; Białko ogółem: 90,88g; Tłuszcz: 48,94g; Kw. tł. nas.: 24,56g; Węglowodany ogółem: 297,69g; W tym cukry: 94,58g; Błonnik: 31,44g; Sód: 2811,63mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 04.11.2026 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 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, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)].	• 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], • gulasz rybny z warzywami 150g [filet z **morszczuka** (40,8%), marchew, brokuły mrożone, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, natka pietruszki, sól, majeranek], • ziemniaki 200g, • jabłko świeże 200g, • 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 (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: 2033 kcal; Białko ogółem: 90,84g; Tłuszcz: 63,73g; Kw. tł. nas.: 23,69g; Węglowodany ogółem: 289,93g; W tym cukry: 74,12g; Błonnik: 33,00g; Sód: 2764,30mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 04.11.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda,	• Zupa koperkowa 300ml [woda, ziemniaki (33,3%), marchew,	• Chleb graham 80g [mąka **pszenna** graham (56%), woda,

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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**], • ogórek świeży 60g, • rukola 5g, • kawa zbożowa z mlekiem 250ml [woda, **mleko** (39,5%), kawa zbożowa inka (1,2%) (zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria)]. **II śniadanie:** galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)].	**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], • gulasz rybny z warzywami 150g [filet z **morszczuka** (40,8%), marchew, brokuły mrożone, kalafior mrożony, **seler** korzeń, koncentrat pomidorowy 30%, natka pietruszki, sól, majeranek], • ziemniaki 200g, • jabłko świeże 200g, • 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 kiszonej kapusty 120g [kapusta kiszona (kapusta biała, marchew 5%, sól) (72,5%), marchew, cebula, cukier, sól].	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 (46,5%), makaron (mąka makaronowa **pszenna** pełnoziarnista) (11,6%), **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: 2091 kcal; Białko ogółem: 91,17g; Tłuszcz: 65,86g; Kw. tł. nas.: 25,16g; Węglowodany ogółem: 303,76g; W tym cukry: 70,82g; Błonnik: 44,00g; Sód: 3979,98mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Środa, 04.11.2026 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	• Zupa solferino 300ml [woda, ziemniaki, marchew, **mleko** 2%, **seler** korzeń, korpusy z kurczaka, fasolka szparagowa mrożona, kapusta świeża, kalafior mrożony, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% (śmietanka (z **mleka**), stabilizator: karagen, emulgator: E471), mąka **pszenna**, natka pietruszki, sól, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy], • kopytka ziemniaczane 250g [ziemniaki (78,9%), mąka **pszenna**, **jajo** kurze, mąka ziemniaczana, 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**), • leczo wieprzowe z warzywami 180g [łopatka wieprzowa b/k (25,5%), marchew, karkówka wieprzowa z/k (10,6%), **seler**

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
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, • rukola 5g, • 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].	• kapusta mieszana duszona 120g [kapusta biała (45,2%), kapusta kiszona (33,9%) (kapusta biała, marchew 5%, sól), cebula, kiełbasa litewska (mięso wieprzowe (83%), woda, białko **sojowe**, stabilizator: trifosforany, glukoza, przeciwutleniacz: 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%, cukier, sól], • galaretka mleczna 150g [**mleko** 2%, woda, galaretka pomarańczowa (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości; kwas cytrynowy, aromat, barwnik: kurkumina / annato)], • woda*. **Podwieczorek:** jabłko pieczone 200g.	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].
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2820 kcal; Białko ogółem: 120,43g; Tłuszcz: 93,68g; Kw. tł. nas.: 38,15g; Węglowodany ogółem: 389,52g; W tym cukry: 106,04g; Błonnik: 37,65g; Sód: 3285,23mg * woda pitna dostępna na oddziałach		
Chojnice, 23.10.2026r.	zatwierdził …… *(data i podpis)*	sporządziła dietetyczka Małgorzata Miężał …… *(podpis)*

** jadłospis może ulec zmianie z przyczyn losowych*