

**11.01.2026, niedziela**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 20g (7)  
ser żółty - 70g (7)  
wędlina - 60g  
pomidor - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem- 350ml (1,9) G  
Kotlet panierowany drobiowy smażony -  
180g (1,3,7) S  
Ziemniaki puree z koperkiem z olejem  
rzepakowym - 300g G  
Ogórek kiszony - 150g  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 20g (7)  
serek topiony - 40g (7)  
wędlina - 70g  
ogórek konserwowy - 70g  
rzodkiewka - 10g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo owocowy - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2174,8  
Białko [g] - 108,5  
Tłuszcz [g] - 71,4  
NKT [g] - 19,8  
Węglowodany [g] - 272,9  
Cukry proste [g] - 61,3  
Sól [g] - 4,5

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
ser żółty - 70g (7)  
wędlina - 60g  
pomidor - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem- 350ml (1,9) G  
Gotowany filet z kurczaka w sosie  
marchewkowym - 400g (1,7) G  
Ziemniaki puree z koperkiem z olejem  
rzepakowym - 100g G  
Gotowane warzywa - 150g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
serek topiony - 40g (7)  
wędlina - 90g  
ogórek konserwowy - 70g  
rzodkiewka - 10g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo owocowy - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2198,7  
Białko [g] - 135,1  
Tłuszcz [g] - 66,8  
NKT [g] - 21,4  
Węglowodany [g] - 246,4  
Cukry proste [g] - 48,1  
Sól [g] - 4,7

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło - 30g (7)  
ser żółty - 10g (7)  
wędlina - 10g  
pomidor - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem- 350ml (1,9) G  
Gotowany filet z kurczaka w sosie  
marchewkowym - 60g (1,7) G  
Ziemniaki puree z koperkiem z olejem  
rzepakowym - 400g G  
Gotowane warzywa - 150g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło - 30g (7)  
serek topiony - 10g (7)  
wędlina - 10g  
ogórek konserwowy - 70g  
rzodkiewka - 10g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Herbatniki bebe - 100g (1)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2168,2  
Białko [g] - 64,8  
Tłuszcz [g] - 86,8  
NKT [g] - 21,4  
Węglowodany [g] - 306,4  
Cukry proste [g] - 58,4  
Sól [g] - 4,7

## 4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
serek kanapkowy śmietankowy - 80g (7)  
wędlina - 60g  
pomidor bez skórki - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem- 350ml (1,9) G  
Gotowany filet z kurczaka w sosie  
marchewkowym - 200g (1,7) G  
Ziemniaki puree z koperkiem - 300g G  
Gotowane warzywa - 150g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
wędlina - 60g  
twarożek słodki - 60g (7)  
pomidor - 120g (bez skórki)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo owocowy - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2184,7  
Białko [g] - 118,7  
Tłuszcz [g] - 50,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 324,5  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

### Śniadanie

pieczywo razowe - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
ser żółty - 70g (7)  
wędlina - 60g  
pomidor - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem brązowym- 350ml (1,9) G  
Gotowany filet z kurczaka w sosie  
marchewkowym - 200g (1,7) G  
Ziemniaki z koperkiem skropione olejem  
rzepakowym - 150g G  
Ogórek kiszony - 150g  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo razowe - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
serek topiony - 40g (7)  
wędlina - 70g  
ogórek konserwowy - 70g  
rzodkiewka - 10g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo naturalny - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2154,8  
Białko [g] - 108,5  
Tłuszcz [g] - 71,4  
NKT [g] - 19,8  
Węglowodany [g] - 252,9  
Cukry proste [g] - 57,3  
Sól [g] - 4,5

**11.01.2026, niedziela**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 6. Dieta ubogoenergetyczna

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
ser żółty - 40g (7)  
wędlina - 30g  
pomidor - 70g  
sałata - 5g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem- 250ml (1,9) G  
Kotlet panierowany drobiowy smażony - 120g (1,3,7) S  
Ziemniaki puree z koperkiem z olejem rzepakowym - 200g  
G  
Ogórek kiszony - 150g  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
serek topiony - 40g (7)  
wędlina - 40g  
ogórek konserwowy - 70g  
rzodkiewka - 10g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo owocowy - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1712,3  
Białko [g] - 91,4  
Tłuszcz [g] - 60,2  
NKT [g] - 17,2  
Węglowodany [g] - 209,5  
Cukry proste [g] - 46  
Sól [g] - 4,4

## 7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
serek kanapkowy śmietankowy - 80g (7)  
wędlina - 60g  
sałata - 5g  
pomidor bez skórki - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem- 350ml (1,9) G  
Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowym - 200g  
(1,7) G  
Ziemniaki puree z koperkiem - 300g G  
Gotowane warzywa - 150g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
wędlina - 60g  
twarożek słodki - 60g (7)  
pomidor - 120g(bez skórki)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo owocowy - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2004,7  
Białko [g] - 118,7  
Tłuszcz [g] - 60,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 324,5  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 7B. Dieta łatwostrawna

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
ser żółty - 70g (7)  
wędlina - 60g  
sałata - 5g  
pomidor bez skórki - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem- 350ml (1,9) G  
Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowym - 200g  
(1,7) G  
Ziemniaki puree z koperkiem z olejem rzepakowym - 300g  
G  
Gotowane warzywa - 150g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
serek topiony - 40g (7)  
wędlina - 70g  
pomidor - 120g(bez skórki)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo owocowy - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2004,7  
Białko [g] - 118,7  
Tłuszcz [g] - 60,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 324,5  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 8. Dieta papkowata

\*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

### Śniadanie

Serek wiejski - 200g (7)  
Dżem - 40g  
Chleb pszenny - 90 (1) (maczany w mleku)  
Mleko - 100g (7)  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem- 350ml (1,9) G  
Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowym - 200g  
(1,7) G (zmielony)  
Ziemniaki puree z koperkiem z olejem rzepakowym - 300g  
G  
Gotowane warzywa - 150g G  
woda - 250ml

### Kolacja

Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków - 400g  
(1,7)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo owocowy - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1507  
Białko [g] - 78  
Tłuszcz [g] - 45  
NKT [g] - 11  
Węglowodany [g] - 254,4  
Cukry proste [g] - 65  
Sól [g] - 6,4

**11.01.2026, niedziela**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:

- P - parowanie
- Piecz – pieczenie
- G – gotowanie
- D – duszenie
- S - smażenie

**12.01.2026, poniedziałek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 20g (7)  
serek kanapkowy – 60g (7)  
wędlina – 60g  
sałata – 5g  
papryka – 60g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

### Obiad

Zupa szczawiowa– 350g (7,9) G  
Duszony gulasz wieprzowy – 200g (1,7) D  
Kasza bulgur – 200g (1) G  
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkami oleju rzepakowego – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem – 60g  
wędlina – 60g  
ogórek – 70g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2201,6  
Białko [g] – 112,9  
Tłuszcz [g] – 72,4  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 279,4  
Cukry proste [g] – 59,8  
Sól [g] – 4,5

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło – 10g (7)  
serek kanapkowy – 60g (7)  
wędlina – 90g  
sałata – 5g  
papryka – 60g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G  
Delikatny gotowany gulasz wieprzowy z cukinią – 400g (1,7) G  
Ziemniaki z wody – 100g G  
Gotowane buraczki – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlina drobiowa – 100g  
ser żółty – 70g (7)  
ogórek – 70g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2198,7  
Białko [g] – 134,2  
Tłuszcz [g] – 66,8  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 246,4  
Cukry proste [g] – 48,1  
Sól [g] – 4,7

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło – 30g (7)  
serek kanapkowy – 20g (7)  
miód – 60g  
sałata – 5g  
papryka – 60g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G  
Delikatny gotowany gulasz wieprzowy z cukinią – 60g (1,7) G  
Ziemniaki z wody – 400g G  
Gotowane buraczki – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło – 30g (7)  
ser żółty – 10g (7)  
dżem – 60g  
ogórek – 70g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Kisiel – 200g (G)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2148,9  
Białko [g] – 69  
Tłuszcz [g] – 86,8  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 286,4  
Cukry proste [g] – 58,4  
Sól [g] – 4,7

## 4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszcz.

### Śniadanie

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlina – 60g  
pasta z białek jaj – 40g (3,7,G)  
sałata – 5g  
pomidor – 80g (bez skórki)  
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G  
Delikatny gotowany gulasz wieprzowy z cukinią – 200g (1,7) G  
Ziemniaki z wody – 300g G  
Gotowane buraczki – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 10g (7)  
dżem – 60g  
wędlina – 60g  
pomidor – 80g (bez skórki)  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2173,6  
Białko [g] – 118,5  
Tłuszcz [g] – 49,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 327,6  
Cukry proste [g] – 59  
Sól [g] – 7

## 5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

### Śniadanie

pieczywo razowe – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
serek kanapkowy – 60g (7)  
wędlina – 60g  
sałata – 5g  
papryka – 60g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

### Obiad

Zupa szczawiowa– 350g (7,9) G  
Duszony gulasz wieprzowy – 200g (1,7) D  
Kasza bulgur – 150g (1) G  
Surówka z buraczków surowych z dodatkami oleju rzepakowego – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo razowe – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
pasztet – 35g  
ser żółty – 70g (7)  
ogórek – 70g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt naturalny – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2151,6  
Białko [g] – 112,9  
Tłuszcz [g] – 72,4  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 259,4  
Cukry proste [g] – 59,8  
Sól [g] – 4,5

**12.01.2026, poniedziałek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

### 6. Dieta ubogoenergetyczna

#### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
serek kanapkowy - 30g (7)  
wędlina - 40g  
sałata - 5g  
papryka - 60g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)

#### Obiad

Zupa szczawiowa - 250g (7,9) G  
Duszony gulasz wieprzowy - 120g (1,7) D  
Kasza bulgur - 150g (1) G  
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju  
rzepakowego - 200g G  
woda - 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
dżem - 40g  
wędlina - 30g  
sałata - 5g  
ogórek - 70g  
herbata bez cukru - 250ml

#### 2 Kolacja

Jogurt - 100g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1706,3  
Białko [g] - 100,4  
Tłuszcz [g] - 58,8  
NKT [g] - 17,2  
Węglowodany [g] - 206,2  
Cukry proste [g] - 46  
Sól [g] - 4,4

### 7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

#### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
wędlina - 70g  
pasta z białek jaj - 40g (3,7,G)  
sałata - 5g  
pomidor - 80g (bez skórki)  
kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)

#### Obiad

Zupa grysikowa - 350g (1,7,9) G  
Delikatny gotowany gulasz wieprzowy z cukinią - 200g (1,7)  
G  
Ziemniaki z wody - 300g G  
Gotowane buraczki - 200g G  
woda - 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
dżem - 60g  
wędlina - 60g  
pomidor - 80g (bez skórki)  
herbata bez cukru - 250ml

#### 2 Kolacja

Jogurt - 100g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2203,7  
Białko [g] - 118,5  
Tłuszcz [g] - 60,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 327,6  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

### 7B. Dieta łatwostrawna

#### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
serek kanapkowy - 40g (7)  
wędlina - 60g  
sałata - 5g  
pomidor - 80g (bez skórki)  
kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)

#### Obiad

Zupa grysikowa - 350g (1,7,9) G  
Delikatny gotowany gulasz wieprzowy z cukinią - 200g (1,7)  
G  
Kasza kuskus - 200g (1) G  
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju  
rzepakowego - 200g G  
woda - 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
dżem - 60g  
wędlina - 60g  
pomidor - 80g (bez skórki)  
herbata bez cukru - 250ml

#### 2 Kolacja

Jogurt - 100g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2203,7  
Białko [g] - 118,5  
Tłuszcz [g] - 60,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 327,6  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

### 8. Dieta papkowata

\*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

#### Śniadanie

Kasza zbożowa mleczna - 400g (1,7,G)  
herbata - 250ml

#### Obiad

Zupa grysikowa - 350g (1,7,9) G  
Delikatny gotowany gulasz wieprzowy z cukinią - 200g (1,7)  
G (zmielony)  
Ziemniaki z wody - 300g G (pure)  
Gotowane buraczki - 200g G  
woda - 250ml

#### Kolacja

Serek homogenizowany - 200g (7)  
Marchew gotowana - 150g (G)  
Chleb pszenny - 90g (1) (maczany w mleku)  
Mleko - 100g (1)  
herbata bez cukru - 250ml

#### 2 Kolacja

Jogurt - 100g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1563,2  
Białko [g] - 89,8  
Tłuszcz [g] - 49,3  
NKT [g] - 14,1  
Węglowodany [g] - 262,6  
Cukry proste [g] - 49  
Sól [g] - 5

**12.01.2026, poniedziałek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:

- P - pieczenie
- Par – parowanie
- G – gotowanie
- D – duszenie
- S - smażenie

**13.01.2026, wtorek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
 pieczywo pszenno-żytnie - 60g (1)  
 pieczywo razowe - 30g (1)  
 masło – 10g (7)  
 ser żółty – 70g (7)  
 wędlina – 60g  
 sałata – 5g  
 papryka – 70g  
 herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa jarzynowa– 350ml (7,9) G  
 Ryba pieczona z warzywami – 200g (4,9) P  
 Ziemniaki z wody – 300g G  
 Surówka z kiszanej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego - 200g G  
 woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
 pieczywo razowe - 30g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlina – 60g  
 kanapkowa pasta z fasoli – 50g  
 ogórek – 60g  
 pomidor – 40g  
 woda– 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo – 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
 Białko [g] – 114,9  
 Tłuszcz [g] – 71,8  
 NKT [g] – 19,8  
 Węglowodany [g] – 281,9  
 Cukry proste [g] – 59,8  
 Sól [g] – 4,5

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
 pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
 masło – 10g (7)  
 ser żółty – 70g (7)  
 wędlina – 90g  
 sałata – 5g  
 papryka – 70g  
 herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa owocowa – 350ml G  
 Ryba gotowana w sosie koperkowym – 400g (1,4,7) G  
 Ziemniaki z wody – 100g G  
 Gotowana marchewka -200g G  
 woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
 masło – 10g (7)  
 wędlina – 90g  
 kanapkowa pasta z fasoli – 50g  
 ogórek – 60g  
 pomidor – 40g  
 woda– 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo – 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2193,5  
 Białko [g] – 135,1  
 Tłuszcz [g] – 64,3  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 241,2  
 Cukry proste [g] – 48,1  
 Sól [g] – 4,7

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
 masło – 20g (7)  
 ser żółty – 10g (7)  
 wędlina – 10g  
 sałata – 5g  
 papryka – 70g  
 herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa owocowa – 350ml G  
 Ryba gotowana w sosie koperkowym – 60g (1,4,7) G  
 Ziemniaki z wody – 400g G  
 Gotowana marchewka -200g G  
 woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
 masło – 30g (7)  
 kanapkowa pasta z fasoli – 10g  
 ogórek – 60g  
 pomidor – 40g  
 woda– 250ml

### 2 Kolacja

Banan – 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2138,4  
 Białko [g] – 67,2  
 Tłuszcz [g] – 87,9  
 NKT [g] – 21,4  
 Węglowodany [g] – 286,4  
 Cukry proste [g] – 58,4  
 Sól [g] – 4,7

## 4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszcz.

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
 pieczywo pszenne – 10g (1)  
 masło – 5g (7)  
 dżem – 80g  
 serek grani – 70g (7)  
 sałata – 5g  
 herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa owocowa – 350ml G  
 Ryba gotowana w sosie koperkowym – 200g (1,4,7) G  
 Ziemniaki z wody – 300g G  
 Gotowana marchewka -200g G  
 woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 120g (1)  
 masło – 10g (7)  
 wędlina – 70g  
 serek kanapkowy – 60g (7)  
 sałata z pomidorkami bez skórki – 100g  
 woda– 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo – 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2172,1  
 Białko [g] – 117,4  
 Tłuszcz [g] – 50,1  
 NKT [g] – 14,9  
 Węglowodany [g] – 328,2  
 Cukry proste [g] – 59  
 Sól [g] – 7

## 5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

### Śniadanie

pieczywo razowe – 120g (1)  
 masło – 20g (7)  
 ser żółty – 70g (7)  
 wędlina – 60g  
 sałata – 5g  
 papryka – 70g  
 herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa jarzynowa– 350ml (7,9) G  
 Ryba pieczona z warzywami – 200g (4,9) P  
 Ziemniaki z wody – 150g G  
 Surówka z kiszanej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego - 200g G  
 woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo razowe – 120g (1)  
 masło – 20g (7)  
 wędlina – 60g  
 kanapkowa pasta z fasoli – 50g  
 ogórek – 60g  
 pomidor – 40g  
 woda – 250ml

### 2 Kolacja

Serek homogenizowany naturalny– 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2169,7  
 Białko [g] – 114,9  
 Tłuszcz [g] – 71,8  
 NKT [g] – 19,8  
 Węglowodany [g] – 261,9  
 Cukry proste [g] – 59,8  
 Sól [g] – 4,5

**13.01.2026, wtorek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 6. Dieta ubogoenergetyczna

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 10g (7)  
ser żółty – 30g (7)  
wędlina – 30g  
sałata – 5g  
papryka – 70g  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa jarzynowa – 250ml (7,9) G  
Ryba pieczona z warzywami – 120g (4,9) P  
Ziemniaki z wody – 200g G  
Surówka z kiszanej kapusty z dodatkiem oleju  
słonecznikowego - 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlina – 30g  
kanapkowa pasta z fasoli – 20g  
ogórek – 60g  
pomidor – 40g  
woda – 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo – 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1676,9  
Białko [g] – 94,4  
Tłuszcz [g] – 56,8  
NKT [g] – 17,2  
Węglowodany [g] – 203,2  
Cukry proste [g] – 45  
Sól [g] – 4,4

## 7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 90g (1)  
masło – 10g (7)  
dżem – 80g  
serek grani – 70g (7)  
sałata – 5g  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa owocowa – 350ml G  
Ryba gotowana w sosie koperkowym – 200g (1,4,7) G  
Ziemniaki z wody – 300g G  
Gotowana marchewka -200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlina – 70g  
serek kanapkowy – 60g (7)  
sałata z pomidorkami bez skórki – 100g  
  
woda – 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo – 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Sól [g] – 7

## 7B. Dieta łatwostrawna

### Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)  
pieczywo pszenne – 90g (1)  
masło – 10g (7)  
ser żółty – 70g (7)  
wędlina – 60g  
sałata – 5g  
pomidor bez skórki – 70g  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa jarzynowa – 350ml (7,9) G  
Ryba pieczona z warzywami – 200g (4,9) P  
Ziemniaki z wody – 300g G  
Gotowana marchewka -200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
jajko gotowane – 50g (7)  
wędlina – 60g  
sałata z pomidorkami bez skórki – 100g  
woda – 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo – 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2212,1  
Białko [g] – 117,4  
Tłuszcz [g] – 61,1  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 328,2  
Cukry proste [g] – 59  
Sól [g] – 7

## 8. Dieta papkowata

\*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

### Śniadanie

Kaszka mleczna z masełkiem – 400g (1,7,G)  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa owocowa – 350ml G  
Ryba gotowana w sosie koperkowym – 200g (1,4,7) G  
(zmielona)  
Ziemniaki z wody – 300g G (pure)  
Gotowana marchewka -200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

Kleik ryżowy – 400ml (7,9,G)  
chleb pszenny – 100g (1) (maczany w mleku)  
mleko – 250g (7)  
woda – 250ml

### 2 Kolacja

Serek homo – 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1642,5  
Białko [g] – 87,4  
Tłuszcz [g] – 61  
NKT [g] – 15  
Węglowodany [g] – 236  
Cukry proste [g] – 44  
Sól [g] – 6,5



**13.01.2026, wtorek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:

- P - pieczenie
- Par – parowanie
- G – gotowanie
- D – duszenie
- S - smażenie

**14.01.2026, środa**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 20g (7)  
serek topiony - 50g (7)  
parówka - 80g  
rzodkiewka - 10g  
pomidor - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa fasolowa- 350ml (7,9) G  
Sos śmietanowy z kurczakiem - 180g (1,7) G  
Makaron - 200g (1) G  
Surówka z kapusty i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego -200g  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 20g (7)  
twarożek ze szczypiorkiem - 70g (7)  
wędlina - 60g  
ogórek- 40g  
papryka - 60g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt - 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2174,8  
Białko [g] - 108,5  
Tłuszcz [g] - 71,4  
NKT [g] - 19,8  
Węglowodany [g] - 272,9  
Cukry proste [g] - 61,3  
Sól [g] - 4,5

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
wędlina - 60g  
serek topiony - 50g (7)  
parówka - 80g  
rzodkiewka - 10g  
pomidor - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana- 350ml (7,9)G  
Gotowany kurczak w lekkim sosie pomidorowym - 400g G  
Ziemniaki pure - 100g G  
Gotowane warzywa- 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
twarożek ze szczypiorkiem - 100g (7)  
wędlina - 60g  
ogórek- 40g  
papryka - 60g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt - 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2198,7  
Białko [g] - 135,1  
Tłuszcz [g] - 66,8  
NKT [g] - 21,4  
Węglowodany [g] - 246,4  
Cukry proste [g] - 48,1  
Sól [g] - 4,7

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło - 30g (7)  
serek topiony - 10g (7)  
miód - 60g  
rzodkiewka - 10g  
pomidor - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana- 350ml (7,9)G  
Gotowany kurczak w lekkim sosie pomidorowym - 60g G  
Ziemniaki pure - 400g G  
Gotowane warzywa- 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło - 30g (7)  
twarożek ze szczypiorkiem - 10g (7)  
dżem - 70g  
ogórek- 40g  
papryka - 60g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Kisiel - 200g G

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2168,2  
Białko [g] - 64,8  
Tłuszcz [g] - 86,8  
NKT [g] - 21,4  
Węglowodany [g] - 306,4  
Cukry proste [g] - 58,4  
Sól [g] - 4,7

## 4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszcz.

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
jabłko gotowane - 200g  
serek kanapkowy śmietankowy - 50g (7)  
sałata - 5g  
pomidor bez skórki - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana- 350ml (7,9)G  
Gotowany kurczak w lekkim sosie pomidorowym - 200g G  
Ziemniaki pure - 300g G  
Gotowane warzywa- 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
wędlina - 60g  
twaróg - 60g (7)  
pomidor - 120g (bez skórki)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt - 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2184,7  
Białko [g] - 118,7  
Tłuszcz [g] - 50,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 324,5  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

### Śniadanie

pieczywo razowe - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
serek topiony - 50g (7)  
parówka - 80g  
rzodkiewka - 10g  
pomidor - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa fasolowa- 350ml (7,9) G  
Sos śmietanowy z kurczakiem - 180g (1,7) G  
Makaron brązowy - 150g (1) G  
Surówka z kapusty i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego -200g  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo razowe - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
twarożek ze szczypiorkiem - 70g (7)  
wędlina - 60g  
ogórek- 40g  
papryka - 60g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt naturalny - 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2154,8  
Białko [g] - 108,5  
Tłuszcz [g] - 71,4  
NKT [g] - 19,8  
Węglowodany [g] - 252,9  
Cukry proste [g] - 57,3  
Sól [g] - 4,5

**14.01.2026, środa**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 6. Dieta ubogoenergetyczna

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
serek topiony - 20g (7)  
parówka - 80g  
rzodkiewka - 10g  
pomidor - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa fasolowa- 250ml (7,9) G  
Sos śmietanowy z kurczakiem - 120g (1,7) G  
Makaron - 150g (1) G  
Surówka z kapusty i marchewki z dodatkiem oleju  
słonecznikowego -200g  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
twarożek ze szczypiorkiem - 40g (7)  
wędlina - 30g  
ogórek- 40g  
papryka - 60g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt - 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1712,3  
Białko [g] - 91,4  
Tłuszcz [g] - 60,2  
NKT [g] - 17,2  
Węglowodany [g] - 209,5  
Cukry proste [g] - 46  
Sól [g] - 4,4

## 7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
jabłko gotowane - 200g  
serek kanapkowy śmietankowy - 50g (7)  
sałata - 5g  
pomidor bez skórki - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana- 350ml (7,9)G  
Gotowany kurczak w lekkim sosie pomidorowym - 200g G  
Ziemniaki pure - 300g G  
Gotowane warzywa- 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
wędlina - 60g  
twaróg - 60g (7)  
pomidor - 120g(bez skórki)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt - 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2004,7  
Białko [g] - 118,7  
Tłuszcz [g] - 60,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 324,5  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 7B. Dieta łatwostrawna

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
serek topiony - 50g (7)  
parówka - 80g  
sałata - 5g  
pomidor bez skórki - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana- 350ml (7,9)G  
Gotowany kurczak w lekkim sosie pomidorowym - 200g G  
Makaron - 200g (1) G  
Gotowane warzywa- 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
twarożek ze szczypiorkiem - 70g (7)  
wędlina - 60g  
ogórek- 40g  
papryka - 60g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt - 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2004,7  
Białko [g] - 118,7  
Tłuszcz [g] - 60,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 324,5  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 8. Dieta papkowata

\*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

### Śniadanie

Serek wiejski - 200g (7)  
Dżem - 40g  
Chleb pszenny - 90 (1) (maczany w mleku)  
Mleko - 100g (7)  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana- 350ml (7,9)G  
Gotowany kurczak w lekkim sosie pomidorowym - 200g G  
(zmielony)  
Ziemniaki pure - 300g G  
Gotowane warzywa- 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków - 400g  
(1,7)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt - 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1507  
Białko [g] - 78  
Tłuszcz [g] - 45  
NKT [g] - 11  
Węglowodany [g] - 254,4  
Cukry proste [g] - 65  
Sól [g] - 6,4

**14.01.2026, środa**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:

- P - parowanie
- Piecz – pieczenie
- G – gotowanie
- D – duszenie
- S - smażenie

**15.01.2026, czwartek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

### 1. Dieta podstawowa

#### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 20g (7)  
pasta jajeczna ze szczypiorkiem - 50g  
(3,7)  
serek topiony - 20g (7)  
wędlina - 30g  
sałata - 5g  
papryka - 80g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

#### Obiad

Zupa cebulowa - 350ml (1,7,9) G  
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w  
sosie własnym - 180g G  
Ziemniaki z wody z koperkiem - 300g G  
Surówka z modrej kapusty z dodatkiem  
oleju słonecznikowego - 200g  
woda - 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 20g (7)  
wędlina - 70g  
ser żółty - 60g (7)  
pomidor - 70g  
herbata bez cukru - 250ml

#### 2 Kolacja

Serek homogenizowany - 150g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2174,8  
Białko [g] - 108,5  
Tłuszcz [g] - 71,4  
NKT [g] - 19,8  
Węglowodany [g] - 272,9  
Cukry proste [g] - 61,3  
Sól [g] - 4,5

### 2. Dieta wysokobiałkowa

#### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
pasta jajeczna ze szczypiorkiem - 50g (3,7)  
serek topiony - 20g (7)  
wędlina - 70g  
sałata - 5g  
papryka - 80g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

#### Obiad

Zupa ryżowa - 350g (7,9) G  
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego z  
marchewką - 400g G  
Ziemniaki z wody z koperkiem - 100g G  
Buraczki gotowane - 200g G  
woda - 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
wędlina - 90g  
ser żółty - 60g (7)  
pomidor - 70g  
herbata bez cukru - 250ml

#### 2 Kolacja

Serek homogenizowany - 150g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2198,7  
Białko [g] - 135,1  
Tłuszcz [g] - 66,8  
NKT [g] - 21,4  
Węglowodany [g] - 246,4  
Cukry proste [g] - 48,1  
Sól [g] - 4,7

### 3. Dieta niskobiałkowa

#### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło - 30g (7)  
pasta jajeczna ze szczypiorkiem - 10g (3,7)  
serek topiony - 10g (7)  
sałata - 5g  
papryka - 80g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

#### Obiad

Zupa ryżowa - 350g (7,9) G  
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego z  
marchewką - 60g G  
Ziemniaki z wody z koperkiem - 400g G  
Buraczki gotowane - 200g G  
woda - 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło - 30g (7)  
wędlina - 10g  
ser żółty - 10g (7)  
pomidor - 70g  
herbata bez cukru - 250ml

#### 2 Kolacja

Jabłko - 100g

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2168,2  
Białko [g] - 64,8  
Tłuszcz [g] - 86,8  
NKT [g] - 21,4  
Węglowodany [g] - 306,4  
Cukry proste [g] - 58,4  
Sól [g] - 4,7

### 4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszcz.

#### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
serek kanapkowy śmietankowy - 80g (7)  
delikatna pasta z białka jaj z warzywami - 35g  
(3,G)  
sałata - 5g  
pomidor bez skórki - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

#### Obiad

Zupa ryżowa - 350g (7,9) G  
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego z  
marchewką - 200g G  
Ziemniaki z wody z koperkiem - 300g G  
Buraczki gotowane - 200g G  
woda - 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
miód - 70g  
twaróg - 60g (7)  
pomidor - 120g (bez skórki)  
herbata bez cukru - 250ml

#### 2 Kolacja

Serek homogenizowany - 150g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2184,7  
Białko [g] - 118,7  
Tłuszcz [g] - 50,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 324,5  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

### 5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

#### Śniadanie

pieczywo razowe - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
pasta jajeczna ze szczypiorkiem - 50g (3,7)  
serek topiony - 20g (7)  
wędlina - 30g  
sałata - 5g  
papryka - 80g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

#### Obiad

Zupa cebulowa - 350ml (1,7,9) G  
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie  
własnym - 180g G  
Ziemniaki z wody z koperkiem - 150g G  
Surówka z modrej kapusty z dodatkiem oleju  
słonecznikowego - 200g  
woda - 250ml

#### Kolacja

pieczywo razowe - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
wędlina - 70g  
ser żółty - 60g (7)  
pomidor - 70g  
herbata bez cukru - 250ml

#### 2 Kolacja

Serek homogenizowany naturalny - 150g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2154,8  
Białko [g] - 108,5  
Tłuszcz [g] - 71,4  
NKT [g] - 19,8  
Węglowodany [g] - 252,9  
Cukry proste [g] - 57,3  
Sól [g] - 4,5

**15.01.2026, czwartek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 6. Dieta ubogoenergetyczna

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
pasta jajeczna ze szczypiorkiem - 20g (3,7)  
serek topiony - 20g (7)  
wędlina - 20g  
sałata - 5g  
papryka - 80g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa cebulowa - 250ml (1,7,9) G  
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie własnym - 180g G  
Ziemniaki z wody z koperkiem - 200g G  
Surówka z modrej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego - 200g  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
wędlina - 40g  
ser żółty - 30g (7)  
pomidor - 70g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homogenizowany - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1712,3  
Białko [g] - 91,4  
Tłuszcz [g] - 60,2  
NKT [g] - 17,2  
Węglowodany [g] - 209,5  
Cukry proste [g] - 46  
Sól [g] - 4,4

## 7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
serek kanapkowy śmietankowy - 80g (7)  
delikatna pasta z białka jaj z warzywami - 35g (3,G)  
sałata - 5g  
pomidor bez skórki - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa ryżowa - 350g (7,9) G  
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego z marchewką - 200g G  
Ziemniaki z wody z koperkiem - 300g G  
Buraczki gotowane - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
dżem - 70g  
twaróg - 60g (7)  
pomidor - 120g (bez skórki)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homogenizowany - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2004,7  
Białko [g] - 118,7  
Tłuszcz [g] - 60,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 324,5  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 7B. Dieta łatwostrawna

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
pasta jajeczna ze szczypiorkiem - 50g (3,7)  
serek topiony - 20g (7)  
wędlina - 30g  
sałata - 5g  
pomidor bez skórki - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa ryżowa - 350g (7,9) G  
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego z marchewką - 200g G  
Ziemniaki z wody z koperkiem - 300g G  
Buraczki gotowane - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
wędlina - 70g  
ser żółty - 60g (7)  
pomidor - 70g  
sałata - 5g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homogenizowany - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2004,7  
Białko [g] - 118,7  
Tłuszcz [g] - 60,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 324,5  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 8. Dieta papkowata

\*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

### Śniadanie

Serek wiejski - 200g (7)  
Dżem - 40g  
Chleb pszenny - 90 (1) (maczany w mleku)  
Mleko - 100g (7)  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Zupa ryżowa - 350g (7,9) G  
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego z marchewką - 200g G (zmielona)  
Ziemniaki z wody z koperkiem - 300g G (pure)  
Buraczki gotowane - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków - 400g (1,7)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Serek homogenizowany - 150g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1507  
Białko [g] - 78  
Tłuszcz [g] - 45  
NKT [g] - 11  
Węglowodany [g] - 254,4  
Cukry proste [g] - 65  
Sól [g] - 6,4

**15.01.2026, czwartek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:

- P - parowanie
- Piecz – pieczenie
- G – gotowanie
- D – duszenie
- S - smażenie

**16.01.2026, piątek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem – 60g  
serek kanapkowy – 30g (7)  
pomidor –50g  
ogórek – 40g  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa koperkowo-cukiniowa – 350ml  
(1,7,9 G  
Smażona ryba w delikatnej panierce –  
180g (1,3,4,7) S  
Ziemniaki pure z koperkiem – 300g G  
Surówka z kapusty kiszzonej z  
dodatkiem oleju słonecznikowego –  
200g  
woda – 250ml  
jabłko – 100g

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta jajeczna – 40g (3,7)  
serek topiony – 50g (7)  
papryka – 80g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2129,1  
Białko [g] – 112,4  
Tłuszcz [g] – 68,2  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 271,4  
Cukry proste [g] – 58,8  
Sól [g] – 4,5

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlina – 100g  
dżem – 20g  
serek kanapkowy – 30g (7)  
pomidor –50g  
ogórek – 40g  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa koperkowo-cukiniowa – 350ml (1,7,9 G  
Gotowana ryba w sosie warzywnym – 400g (1,4,7)  
G  
Ziemniaki pure z koperkiem – 100g G  
Gotowana marchewka – 200g G  
woda – 250ml  
jabłko gotowane – 50g G

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło – 10g (7)  
pasta jajeczna – 40g (3,7)  
serek topiony – 40g (7)  
papryka – 80g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2138,7  
Białko [g] – 135,2  
Tłuszcz [g] – 66,8  
NKT [g] – 20,4  
Węglowodany [g] – 256,4  
Cukry proste [g] – 62,1  
Sól [g] – 4,6

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło – 30g (7)  
dżem – 70g  
serek kanapkowy – 10g (7)  
pomidor –50g  
ogórek – 40g  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa koperkowo-cukiniowa – 350ml (1,7,9 G  
Gotowana ryba w sosie warzywnym – 60g (1,4,7)  
G  
Ziemniaki pure z koperkiem – 400g G  
Gotowana marchewka – 200g G  
woda – 250ml  
jabłko gotowane – 100g G

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło – 30g (7)  
pasta jajeczna – 10g (3,7)  
serek topiony – 10g (7)  
papryka – 80g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Banan – 150g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2128,9  
Białko [g] – 68  
Tłuszcz [g] – 87,8  
NKT [g] – 22,4  
Węglowodany [g] – 286,9  
Cukry proste [g] – 61,4  
Sól [g] – 4,7

## 4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.

### Śniadanie

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlina drobiowa -80g  
serek wiejski – 80g (7)  
pomidor – 60g (bez skórki)  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa koperkowo-cukiniowa – 350ml (1,7,9 G  
Gotowana ryba w sosie warzywnym – 200g  
(1,4,7) G  
Ziemniaki pure z koperkiem – 300g G  
Gotowana marchewka – 200g G  
woda – 250ml  
jabłko gotowane – 100g G

### Kolacja

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 10g (7)  
dżem – 60g  
delikatna pasta z białej jaj – 40g (3,7)  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2123,6  
Białko [g] – 117,5  
Tłuszcz [g] – 49,4  
NKT [g] – 14,8  
Węglowodany [g] – 317,6  
Cukry proste [g] – 59  
Sól [g] – 7

## 5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

### Śniadanie

pieczywo razowe – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlina – 80g  
serek kanapkowy – 50g (7)  
pomidor –50g  
ogórek – 40g  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa koperkowo-cukiniowa – 350ml (1,7,9 G  
Gotowana ryba w sosie warzywnym – 200g  
(1,4,7) G  
Ziemniaki z koperkiem – 150g G  
Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju  
słonecznikowego – 250g  
woda – 250ml  
jabłko – 100g

### Kolacja

pieczywo razowe – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta jajeczna – 40g (3,7)  
serek topiony – 40g (7)  
papryka – 80g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Kefir naturalny – 200g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2129,1  
Białko [g] – 112,4  
Tłuszcz [g] – 68,2  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 251,4  
Cukry proste [g] – 56,8  
Sól [g] – 4,5



**16.01.2026, piątek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 6. Dieta ubogoenergetyczna

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem – 40g  
serek kanapkowy – 20g (7)  
pomidor – 50g  
ogórek – 40g  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa koperkowo-cukiniowa – 250ml (1,7,9 G)  
Smażona ryba w delikatnej panierce – 120g (1,3,4,7) S  
Ziemniaki pure z koperkiem – 200g G  
Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju  
słonecznikowego – 200g  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 10g (7)  
pasta jajeczna – 20g (3,7)  
serek topiony – 30g (7)  
sałata – 5g  
papryka – 80g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1720,3  
Białko [g] – 101,3  
Tłuszcz [g] – 54,8  
NKT [g] – 17,2  
Węglowodany [g] – 203,2  
Cukry proste [g] – 46  
Sól [g] – 4,4

## 7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

### Śniadanie

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlina drobiowa – 80g  
serek wiejski – 80g (7)  
pomidor – 60g (bez skórki)  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa koperkowo-cukiniowa – 350ml (1,7,9 G)  
Gotowana ryba w sosie warzywnym – 200g (1,4,7) G  
Ziemniaki pure z koperkiem – 300g G  
Gotowana marchewka – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
dżem – 60g  
delikatna pasta z białej jaj – 40g (3,7)  
sałata – 5g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2153,6  
Białko [g] – 117,5  
Tłuszcz [g] – 69,4  
NKT [g] – 16,8  
Węglowodany [g] – 317,6  
Cukry proste [g] – 59  
Sól [g] – 7

## 7B. Dieta łatwostrawna

### Śniadanie

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlina – 80g  
dżem – 20g  
serek kanapkowy – 30g (7)  
sałata – 5g  
pomidor bez skórki – 70g  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa koperkowo-cukiniowa – 350ml (1,7,9 G)  
Gotowana ryba w sosie warzywnym – 200g (1,4,7) G  
Ziemniaki pure z koperkiem – 300g G  
Gotowana marchewka – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta jajeczna – 40g (3,7)  
serek topiony – 40g (7)  
sałata – 5g  
pomidor bez skórki – 70g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2153,6  
Białko [g] – 117,5  
Tłuszcz [g] – 69,4  
NKT [g] – 16,8  
Węglowodany [g] – 317,6  
Cukry proste [g] – 59  
Sól [g] – 7

## 8. Dieta papkowata

\*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 450g (1,7,G)  
herbata bez cukru – 250ml

### Obiad

Zupa koperkowo-cukiniowa – 350ml (1,7,9 G)  
Gotowana ryba w sosie warzywnym – 200g (1,4,7) G  
(zmielona)  
Ziemniaki pure z koperkiem – 300g G  
Gotowana marchewka – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

jogurt owocowy – 300g (7)  
Biszkopty – 50g (1)  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1553,6  
Białko [g] – 69,5  
Tłuszcz [g] – 49,4  
NKT [g] – 11,8  
Węglowodany [g] – 227,6  
Cukry proste [g] – 45  
Sól [g] – 5

**16.01.2026, piątek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:

- P - pieczenie
- Par – parowanie
- G – gotowanie
- D – duszenie
- S - smażenie

**17.01.2026, sobota**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

### 1. Dieta podstawowa

#### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 20g (7)  
twarożek z rzodkiewką – 70g (7)  
wędlina – 80g  
papryka – 70g  
rzodkiewka – 10g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

#### Obiad

Zupa kalafiorowa – 350g (1,7,9) G  
Ziemniaki z wody – 300g G  
Sztuka kurczaka pieczona – 180g P  
Biała kapusta na ciepło z koperkiem i olejem rzepakowym – 200g  
woda – 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 20g (7)  
pasztet – 50g  
ser żółty – 70g (7)  
pomidor – 80g  
sałata – 5g  
herbata bez cukru – 250ml

#### 2 Kolacja

Jabłko – 100g

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2174,6  
Białko [g] – 92,3  
Tłuszcz [g] – 67,5  
NKT [g] – 19,7  
Węglowodany [g] – 278,4  
Cukry proste [g] – 58,8  
Sól [g] – 4,4

### 2. Dieta wysokobiałkowa

#### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło – 10g (7)  
twarożek z rzodkiewką – 100g (7)  
wędlina – 80g  
papryka – 70g  
rzodkiewka – 10g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

#### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie brokułowym – 400g (1,7) G  
Ziemniaki z wody – 100g G  
Gotowane warzywa – 200g G  
woda – 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlina – 80g  
ser żółty – 70g (7)  
pomidor – 80g  
sałata – 5g  
herbata bez cukru – 250ml

#### 2 Kolacja

Jabłko – 100g

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2190,1  
Białko [g] – 133,9  
Tłuszcz [g] – 65,4  
NKT [g] – 19,9  
Węglowodany [g] – 276,1  
Cukry proste [g] – 62,1  
Sól [g] – 4,6

### 3. Dieta niskobiałkowa

#### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło – 30g (7)  
twarożek z rzodkiewką – 10g (7)  
wędlina – 10g  
papryka – 70g  
rzodkiewka – 10g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

#### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie brokułowym – 60g (1,7) G  
Ziemniaki z wody – 400g G  
Gotowane warzywa – 200g G  
woda – 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło – 30g (7)  
pasztet – 10g  
ser żółty – 10g (7)  
pomidor – 80g  
sałata – 5g  
herbata bez cukru – 250ml

#### 2 Kolacja

Jabłko – 100g

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2148,9  
Białko [g] – 69  
Tłuszcz [g] – 81,8  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 286,4  
Cukry proste [g] – 58,4  
Sól [g] – 4,7

### 4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszcz.

#### Śniadanie

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 10g (7)  
miód -60g  
sałata – 5g  
wędlina – 80g  
herbata – 250ml

#### Obiad

Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie brokułowym – 200g (1,7) G  
Ziemniaki z wody – 300g G  
Gotowane warzywa – 200g G  
woda – 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 10g (7)  
delikatna pasta drobiowa – 40g (7,9)  
wędlina – 80g  
pomidor bez skórki – 80g  
sałata – 5g  
herbata bez cukru – 250ml

#### 2 Kolacja

Jabłko pieczone – 100g P

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2174,7  
Białko [g] – 114,4  
Tłuszcz [g] – 48,4  
NKT [g] – 15,1  
Węglowodany [g] – 324,2  
Cukry proste [g] – 59  
Sól [g] – 7

### 5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

#### Śniadanie

pieczywo razowe – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
twarożek z rzodkiewką – 70g (7)  
wędlina – 80g  
papryka – 70g  
rzodkiewka – 10g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

#### Obiad

Zupa kalafiorowa – 350g (1,7,9) G  
Ziemniaki z wody – 150g G  
Sztuka kurczaka pieczona – 180g P  
Biała kapusta na ciepło z koperkiem i olejem rzepakowym – 200g  
woda – 250ml

#### Kolacja

pieczywo razowe – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
pasztet – 50g  
ser żółty – 70g (7)  
pomidor – 80g  
sałata – 5g  
herbata bez cukru – 250ml

#### 2 Kolacja

Maślanka naturalna – 100g (7)  
Marchewka do pocchrupania – 100g

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2144,6  
Białko [g] – 121,3  
Tłuszcz [g] – 67,5  
NKT [g] – 19,7  
Węglowodany [g] – 278,4  
Cukry proste [g] – 58,8  
Sól [g] – 4,4

**17.01.2026, sobota**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 6. Dieta ubogoenergetyczna

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
twarożek z rzodkiewką - 30g (7)  
wędlina - 40g  
papryka - 70g  
rzodkiewka - 10g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)

### Obiad

Zupa kalafiorowa - 250g (1,7,9) G  
Ziemniaki z wody - 200g G  
Sztuka kurczaka pieczona - 120g P  
Biała kapusta na ciepło z koperkiem i olejem  
rzepakowym - 200g  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
pasztet - 20g  
ser żółty - 40g (7)  
pomidor - 80g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jabłko - 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1711,2  
Białko [g] - 84,9  
Tłuszcz [g] - 59,8  
NKT [g] - 17,2  
Węglowodany [g] - 206,2  
Cukry proste [g] - 46  
Sól [g] - 4,4

## 7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
miód - 60g  
sałata - 5g  
wędlina - 80g  
herbata bez cukru - 250ml

### Obiad

Zupa grysikowa - 350g (1,7,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie brokułowym -  
200g (1,7) G  
Ziemniaki z wody - 300g G  
Gotowane warzywa - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
delikatna pasta drobiowa - 40g (7,9)  
wędlina - 80g  
pomidor bez skórki - 80g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jabłko pieczone - 100g P

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2174,7  
Białko [g] - 114,4  
Tłuszcz [g] - 48,4  
NKT [g] - 15,1  
Węglowodany [g] - 324,2  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 7B. Dieta łatwostrawna

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
twarożek z rzodkiewką - 70g (7)  
wędlina - 80g  
pomidor bez skórki - 80g  
sałata - 5g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)

### Obiad

Zupa kalafiorowa - 350g (1,7,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie brokułowym -  
200g (1,7) G  
Ziemniaki z wody - 300g G  
Gotowane warzywa - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
delikatna pasta drobiowa - 40g (7,9)  
wędlina - 70g  
pomidor bez skórki - 80g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jabłko - 100g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2174,7  
Białko [g] - 114,4  
Tłuszcz [g] - 48,4  
NKT [g] - 15,1  
Węglowodany [g] - 324,2  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 8. Dieta papkowata

\*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1) (maczany w mleku)  
mleko - 100g (7)  
serek grani - 200g (7)  
pomidor - 60g (bez skórki)  
kawa zbożowa z mlekiem - 250ml (1,7)

### Obiad

Zupa grysikowa - 350g (1,7,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie brokułowym -  
200g (1,7) G (zmielona)  
Ziemniaki z wody - 300g G (pure)  
Gotowane warzywa - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

Ryż z jabłkami - 300g (7,G)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Jabłko pieczone - 100g P

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1774,7  
Białko [g] - 97,1  
Tłuszcz [g] - 42,4  
NKT [g] - 12,1  
Węglowodany [g] - 284,8  
Cukry proste [g] - 62  
Sól [g] - 6

**17.01.2026, sobota**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:

- P - parowanie
- Piecz – pieczenie
- G – gotowanie
- D – duszenie
- S - smażenie

**18.01.2026, niedziela**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 1. Dieta podstawowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 20g (7)  
jajko gotowane - 50g (3) G  
twarożek pomidorowy - 70g (7)  
Ogórek - 40g  
Papryka - 60g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem - 350g (1,9) G  
Fasolka po bretońsku z kiełbasą - 200g G  
Ziemniaki puree z koperkiem - 300g G  
woda - 250ml  
Banan - 200g

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 20g (7)  
wędlina - 70g  
kanapkowa pasta z ciecierzycy z dodatkiem oleju słonecznikowego - 50g  
rzodkiewka - 10g  
pomidor - 70g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Kefir - 200g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2215,6  
Białko [g] - 109,8  
Tłuszcz [g] - 71,2  
NKT [g] - 19,8  
Węglowodany [g] - 262,9  
Cukry proste [g] - 57,8  
Sól [g] - 4,5

## 2. Dieta wysokobiałkowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
jajko gotowane - 100g (3) G  
twarożek pomidorowy - 70g (7)  
Ogórek - 40g  
Papryka - 60g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem - 350g (1,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie lekkim śmietanowym - 400g (1,7) G  
Ziemniaki puree z koperkiem - 100g G  
Gotowana marchewka - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
wędlina - 90g  
kanapkowa pasta z ciecierzycy z dodatkiem oleju słonecznikowego - 50g  
rzodkiewka - 10g  
pomidor - 70g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Kefir - 200g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2198,7  
Białko [g] - 134,2  
Tłuszcz [g] - 66,8  
NKT [g] - 21,4  
Węglowodany [g] - 246,4  
Cukry proste [g] - 48,1  
Sól [g] - 4,7

## 3. Dieta niskobiałkowa

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło - 30g (7)  
jajko gotowane - 25g (3) G  
serek kanapkowy - 10g (7)  
Ogórek - 40g  
Papryka - 60g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem - 350g (1,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie lekkim śmietanowym - 60g (1,7) G  
Ziemniaki puree z koperkiem - 400g G  
Gotowana marchewka - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło - 30g (7)  
dżem - 60g  
kanapkowa pasta z ciecierzycy z dodatkiem oleju słonecznikowego - 50g  
rzodkiewka - 10g  
pomidor - 70g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Herbatniki bebe - 40g (1,3,7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2148,9  
Białko [g] - 69  
Tłuszcz [g] - 86,8  
NKT [g] - 21,4  
Węglowodany [g] - 286,4  
Cukry proste [g] - 58,4  
Sól [g] - 4,7

## 4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszcz.

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
miód - 60g  
twarożek - 80g (7)  
pomidor - 70g (bez skórki)  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem - 350g (1,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie lekkim śmietanowym - 200g (1,7) G  
Ziemniaki puree z koperkiem - 300g G  
Gotowana marchewka - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 10g (7)  
wędlina - 80g  
sałata - 5g  
jabłko gotowane - 100g (G)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Kefir - 200g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2173,6  
Białko [g] - 118,5  
Tłuszcz [g] - 49,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 327,6  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

### Śniadanie

pieczywo razowe - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
jajko gotowane - 50g (3) G  
twarożek pomidorowy - 70g (7)  
Ogórek - 40g  
Papryka - 60g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem brązowym - 350g (1,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie lekkim śmietanowym - 200g (1,7) G  
Ziemniaki z koperkiem - 150g G  
woda - 250ml  
Gotowane warzywa - 200g G

### Kolacja

Pieczywo razowe - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
wędlina - 70g  
kanapkowa pasta z ciecierzycy z dodatkiem oleju słonecznikowego - 50g  
rzodkiewka - 10g  
pomidor - 70g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Kefir naturalny - 200g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2215,6  
Białko [g] - 109,8  
Tłuszcz [g] - 71,2  
NKT [g] - 19,8  
Węglowodany [g] - 242,9  
Cukry proste [g] - 57,8  
Sól [g] - 4,5

**18.01.2026, niedziela**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 6. Dieta ubogoenergetyczna

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
jajko gotowane - 50g (3) G  
twarożek pomidorowy - 30g (7)  
Ogórek - 40g  
Papryka - 60g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem - 250g (1,9) G  
Fasolka po bretońsku z kiebasą - 120g G  
Ziemniaki puree z koperkiem - 200g G  
woda - 250ml  
Banan - 200g

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
wędlina - 40g  
kanapkowa pasta z ciecierzycy z dodatkiem oleju  
słonecznikowego - 20g  
rzodkiewka - 10g  
pomidor - 70g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Kefir - 200g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1706,3  
Białko [g] - 100,4  
Tłuszcz [g] - 58,8  
NKT [g] - 17,2  
Węglowodany [g] - 206,2  
Cukry proste [g] - 46  
Sól [g] - 4,4

## 7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
miód - 60g  
twaróg - 80g (7)  
pomidor - 70g (bez skórki)  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem - 350g (1,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie lekkim śmietanowym -  
200g (1,7) G  
Ziemniaki puree z koperkiem - 300g G  
Gotowana marchewka - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
wędlina - 80g  
sałata - 5g  
jabłko gotowane - 100g (G)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Kefir - 200g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2173,6  
Białko [g] - 118,5  
Tłuszcz [g] - 55,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 327,6  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 7B. Dieta łatwostrawna

### Śniadanie

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
jajko gotowane - 50g (3) G  
twarożek pomidorowy - 70g (7)  
pomidor - 70g (bez skórki)  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem - 350g (1,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie lekkim śmietanowym -  
200g (1,7) G  
Ziemniaki puree z koperkiem - 300g G  
Gotowana marchewka - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
twaróg - 60g (7)  
wędlina - 80g  
sałata - 5g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Kefir - 200g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2173,6  
Białko [g] - 118,5  
Tłuszcz [g] - 55,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 327,6  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 8. Dieta papkowata

\*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

### Śniadanie

Kaszka manna mleczna owocowa - 400g (1,7,G)  
kawa z mlekiem bez cukru - 250ml (7)

### Obiad

Rosół z makaronem - 350g (1,9) G  
Gotowana sztuka kurczaka w sosie lekkim śmietanowym -  
200g (1,7) G (zmielona)  
Ziemniaki puree z koperkiem - 300g G  
Gotowana marchewka - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

Koktajl z jogurtem, burakiem, bananem i truskawką - 400g  
(7)  
Biszkopty - 60g (1)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Kefir - 200g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1645,3  
Białko [g] - 94,2  
Tłuszcz [g] - 45,2  
NKT [g] - 13,8  
Węglowodany [g] - 242,3  
Cukry proste [g] - 65  
Sól [g] - 4

**18.01.2026, niedziela**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:

- P - pieczenie
- Par – parowanie
- G – gotowanie
- D – duszenie
- S - smażenie



## 19.01.2026, poniedziałek

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

### 1. Dieta podstawowa

#### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (7)  
pieczywo pszenno-żytnie - 60g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 10g (7)  
miód – 60g  
ser żółty – 70g (7)  
pomidor – 50g  
rzodkiewka – 10g  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

#### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
Duszony gulasz z indyka w sosie curry – 200g G  
Kasza gryczana – 200g G  
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego – 200g G  
woda – 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta rybna– 50g (4)  
serek topiony - 50g (7)  
ogórek kiszony– 60g  
pomidor – 40g  
herbata bez cukru – 250ml

#### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2199,8  
Białko [g] – 109,1  
Tłuszcz [g] – 70,8  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 279,4  
Cukry proste [g] – 59,8  
Sól [g] – 4,5

### 2. Dieta wysokobiałkowa

#### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (7)  
pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)  
masło – 10g (7)  
wędlina – 80g  
ser żółty – 70g (7)  
pomidor – 50g  
rzodkiewka – 10g  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

#### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
Gotowany gulasz z indyka ze szpinakiem – 400g (1,7) G  
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 100g G  
Gotowane buraczki – 200g G  
woda – 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1)  
masło – 10g (7)  
pasta rybna– 50g (4)  
wędlina – 90g  
ogórek kiszony– 60g  
pomidor – 40g  
herbata bez cukru – 250ml

#### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2178,4  
Białko [g] – 134,5  
Tłuszcz [g] – 64,8  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 244,2  
Cukry proste [g] – 48,1  
Sól [g] – 4,7

### 3. Dieta niskobiałkowa

#### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło – 30g (7)  
miód – 60g  
ser żółty – 10g (7)  
pomidor – 50g  
rzodkiewka – 10g  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

#### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
Gotowany gulasz z indyka ze szpinakiem – 60g (1,7) G  
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 400g G  
Gotowane buraczki – 200g G  
woda – 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)  
masło – 30g (7)  
pasta rybna– 10g (4)  
serek topiony - 10g (7)  
ogórek kiszony– 60g  
pomidor – 40g  
herbata bez cukru – 250ml

#### 2 Kolacja

Jabłko – 200g

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2178,6  
Białko [g] – 64,2  
Tłuszcz [g] – 64,8  
NKT [g] – 21,4  
Węglowodany [g] – 302,4  
Cukry proste [g] – 64,2  
Sól [g] – 4,7

### 4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszcz.

#### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (7)  
pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 10g (7)  
serek kanapkowy – 70g (7)  
miód – 60g  
pomidor – 40g (bez skórki)  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

#### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
Gotowany gulasz z indyka ze szpinakiem – 200g (1,7) G  
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 300g G  
Gotowane buraczki – 200g G  
woda – 250ml

#### Kolacja

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 10g (7)  
twarożek z koperkiem - 60g (7)  
delikatna pasta rybna– 50g (4)  
pomidor bez skórki – 80g  
herbata bez cukru – 250ml

#### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2171,4  
Białko [g] – 99,3  
Tłuszcz [g] – 48,7  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 337,3  
Cukry proste [g] – 59  
Sól [g] – 7

### 5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

#### Śniadanie

pieczywo razowe – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
wędlina – 60g  
ser żółty – 70g (7)  
pomidor – 50g  
rzodkiewka – 10g  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

#### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
Duszony gulasz z indyka w sosie curry – 200g G  
Kasza gryczana – 150g G  
Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego – 200g  
woda – 250ml

#### Kolacja

pieczywo razowe – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta rybna– 50g (4)  
serek topiony - 50g (7)  
ogórek kiszony– 60g  
pomidor – 40g  
herbata bez cukru – 250ml

#### 2 Kolacja

Jogurt naturalny – 100g (7)

#### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2204  
Białko [g] – 117,1  
Tłuszcz [g] – 70,8  
NKT [g] – 19,8  
Węglowodany [g] – 229,1  
Cukry proste [g] – 51,8  
Sól [g] – 4,5

**19.01.2026, poniedziałek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 6. Dieta ubogoenergetyczna

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 150g (7)  
pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 10g (7)  
miód – 30g  
ser żółty – 40g (7)  
pomidor – 50g  
rzodkiewka – 10g  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana – 250g (7,9) G  
Duszony gulasz z indyka w sosie curry – 120g G  
Kasza gryczana – 150g G  
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju  
rzepakowego – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło – 10g (7)  
pasta rybna– 50g (4)  
serek topiony - 20g (7)  
ogórek kiszony– 60g  
pomidor – 40g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1712,3  
Białko [g] – 91,5  
Tłuszcz [g] – 57,7  
NKT [g] – 17,3  
Węglowodany [g] – 204,2  
Cukry proste [g] – 41  
Sól [g] – 4,4

## 7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (7)  
pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
serek kanapkowy – 70g (7)  
miód – 60g  
pomidor – 40g (bez skórki)  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
Gotowany gulasz z indyka ze szpinakiem – 200g (1,7) G  
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 300g G  
Gotowane buraczki – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
twarożek z koperkiem - 60g (7)  
delikatna pasta rybna– 50g (4)  
pomidor bez skórki – 80g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2211,4  
Białko [g] – 99,3  
Tłuszcz [g] – 52,7  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 337,3  
Cukry proste [g] – 59  
Sól [g] – 7

## 7B. Dieta łatwostrawna

### Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (7)  
pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
miód – 60g  
ser żółty – 70g (7)  
pomidor – 40g (bez skórki)  
sałata – 5g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
Gotowany gulasz z indyka ze szpinakiem – 200g (1,7) G  
Kasza kuskus – 200g (1) G  
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju  
rzepakowego – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne – 120g (1)  
masło – 20g (7)  
pasta rybna– 50g (4)  
serek topiony - 50g (7)  
pomidor bez skórki – 80g  
herbata bez cukru – 250ml

### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2211,4  
Białko [g] – 99,3  
Tłuszcz [g] – 52,7  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 337,3  
Cukry proste [g] – 59  
Sól [g] – 7

## 8. Dieta papkowata

\*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

### Śniadanie

Kleik ryżowy mleczny z masłem – 400g (7)  
Banan dojrzały – 100g  
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

### Obiad

Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G  
Gotowany gulasz z indyka ze szpinakiem – 200g (1,7) G  
(zmielony)  
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 300g G (pure)  
Gotowane buraczki – 200g G  
woda – 250ml

### Kolacja

Kaszotto z pomidorami – 250g (1,7,9,G) (zmielone)  
herbata bez cukru – 250ml  
jogurt owocowy – 150g

### 2 Kolacja

Jogurt owocowy – 100g (7)

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1411,4  
Białko [g] – 84,1  
Tłuszcz [g] – 42,6  
NKT [g] – 14,9  
Węglowodany [g] – 233,8  
Cukry proste [g] – 49,5  
Sól [g] – 5,9

**19.01.2026, poniedziałek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:

- P - parowanie
- Piecz – pieczenie
- G – gotowanie
- D – duszenie
- S - smażenie

**20.01.2026, wtorek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

1. Dieta podstawowa	2. Dieta wysokobiałkowa	3. Dieta niskobiałkowa	4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszcz.	5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.
<p><b>Śniadanie</b></p> <p>pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1) pieczywo razowe - 30g (1) masło - 20g (7) parówka - 80g serek kanapkowy - 50g (7) sałata - 5g papryka - 70g kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1) masło - 10g (7) parówka - 80g serek kanapkowy - 50g (7) wędlina - 60g sałata - 5g papryka - 70g kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1) masło - 30g (7) dżem - 60g serek kanapkowy - 10g (7) sałata - 5g papryka - 70g kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Pieczywo pszenne - 120g (1) masło - 10g (7) wędlina - 70g serek śmietankowy - 70g (7) sałata - 5g kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>pieczywo razowe - 120g (1) masło - 20g (7) parówka - 80g serek kanapkowy - 50g (7) sałata - 5g papryka - 70g kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)</p>
<p><b>Obiad</b></p> <p>Zupa ogórkowa - 350g (7,9) G Kopytka z jogurtem - 400g (1,3,7) G woda - 250ml</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p>Zupa ryżowa - 350g (7,9) G Gotowany kurczak w lekkim sosie bazyliowym - 400g (7) G Ziemniaki z wody - 100g G Gotowane warzywa - 200g G woda - 250ml</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p>Zupa ryżowa - 350g (7,9) G Gotowany kurczak w lekkim sosie bazyliowym - 60g (7) G Ziemniaki z wody - 400g G Gotowane warzywa - 200g G woda - 250ml</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p>Zupa ryżowa - 350g (7,9) G Gotowany kurczak w lekkim sosie bazyliowym - 200g (7) G Ziemniaki z wody - 300g G Gotowane warzywa - 200g G woda - 250ml</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p>Zupa ogórkowa - 350g (7,9) G Gotowany kurczak w lekkim sosie bazyliowym - 200g (7) G Ziemniaki z wody - 150g G Gotowane warzywa - 200g G woda - 250ml</p>
<p><b>Kolacja</b></p> <p>pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1) pieczywo razowe - 30g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna - 50g (3,7) wędlina - 80g sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju słonecznikowego - 130g herbata bez cukru - 250ml</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>pieczywo pszenno-żytnie - 120g (1) masło - 10g (7) pasta jajeczna - 50g (3,7) wędlina - 90g rzodkiewka - 10g ogórek - 60g herbata bez cukru - 250ml</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1) masło - 30g (7) pasta jajeczna - 10g (3,7) wędlina - 10g rzodkiewka - 10g ogórek - 60g herbata bez cukru - 250ml</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>pieczywo pszenne - 120g (1) masło - 10g (7) pasta z białek jaj - 50g (7) wędlina - 70g pomidor - 60g (bez skórki) herbata bez cukru - 250ml</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>pieczywo razowe - 120g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna - 50g (3,7) wędlina - 80g sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju słonecznikowego - 130g herbata bez cukru - 250ml</p>
<p><b>2 Kolacja</b></p> <p>Banan - 150g</p>	<p><b>2 Kolacja</b></p> <p>Banan - 150g</p>	<p><b>2 Kolacja</b></p> <p>Banan - 150g</p>	<p><b>2 Kolacja</b></p> <p>Banan - 150g</p>	<p><b>2 Kolacja</b></p> <p>Serek wiejski z warzywami - 200g (7)</p>
<p><b>Podsumowanie dnia</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] - 2212 Białko [g] - 112,4 Tłuszcz [g] - 69,8 NKT [g] - 19,8 Węglowodany [g] - 282,4 Cukry proste [g] - 59,8 Sól [g] - 4,5</p>	<p><b>Podsumowanie dnia</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] - 2188,7 Białko [g] - 133,8 Tłuszcz [g] - 66,8 NKT [g] - 21,4 Węglowodany [g] - 246,4 Cukry proste [g] - 48,1 Sól [g] - 4,7</p>	<p><b>Podsumowanie dnia</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] - 2148,9 Białko [g] - 69 Tłuszcz [g] - 86,8 NKT [g] - 21,4 Węglowodany [g] - 286,4 Cukry proste [g] - 58,4 Sól [g] - 4,7</p>	<p><b>Podsumowanie dnia</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] - 2173,6 Białko [g] - 118,5 Tłuszcz [g] - 49,1 NKT [g] - 14,9 Węglowodany [g] - 327,6 Cukry proste [g] - 59 Sól [g] - 7</p>	<p><b>Podsumowanie dnia</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] - 2212 Białko [g] - 112,4 Tłuszcz [g] - 69,8 NKT [g] - 19,8 Węglowodany [g] - 282,4 Cukry proste [g] - 49,8 Sól [g] - 4,5</p>

**20.01.2026, wtorek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

## 6. Dieta ubogoenergetyczna

### Śniadanie

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
parówka - 40g  
serek kanapkowy - 20g (7)  
sałata - 5g  
papryka - 70g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)

### Obiad

Zupa ogórkowa - 250g (7,9) G  
Kopytka z jogurtem - 250g (1,3,7) G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)  
pieczywo razowe - 30g (1)  
masło - 10g (7)  
pasta jajeczna - 30g (3,7)  
wędlina - 40g  
sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju  
słonecznikowego - 130g  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Banan - 150g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1706,3  
Białko [g] - 100,4  
Tłuszcz [g] - 58,8  
NKT [g] - 17,2  
Węglowodany [g] - 206,2  
Cukry proste [g] - 46  
Sól [g] - 4,4

## 7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

### Śniadanie

Pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
wędlina - 70g  
serek śmietankowy - 70g (7)  
sałata - 5g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)

### Obiad

Zupa ryżowa - 350g (7,9) G  
Gotowany kurczak w lekkim sosie bazyliowym - 200g (7) G  
Ziemniaki z wody - 300g G  
Gotowane warzywa - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
pasta z białek jaj - 50g (7)  
wędlina - 70g  
pomidor - 60g (bez skórki)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Banan - 150g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2223,6  
Białko [g] - 118,5  
Tłuszcz [g] - 64,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 327,6  
Cukry proste [g] - 52  
Sól [g] - 7

## 7B. Dieta łatwostrawna

### Śniadanie

Pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
parówka - 80g  
serek kanapkowy - 50g (7)  
pomidor bez skórki - 80g  
kawa z mlekiem bez cukru - 250g (7)

### Obiad

Zupa ryżowa - 350g (7,9) G  
Kopytka z jogurtem - 400g (1,3,7) G  
woda - 250ml

### Kolacja

pieczywo pszenne - 120g (1)  
masło - 20g (7)  
pasta jajeczna - 50g (3,7)  
wędlina - 80g  
pomidor - 100g (bez skórki)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Banan - 150g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 2193,6  
Białko [g] - 118,5  
Tłuszcz [g] - 64,1  
NKT [g] - 14,9  
Węglowodany [g] - 327,6  
Cukry proste [g] - 59  
Sól [g] - 7

## 8. Dieta papkowata

\*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

### Śniadanie

Galaretka owocowa - 400g (G)  
jogurt naturalny - 200g (7)

### Obiad

Zupa ryżowa - 350g (7,9) G  
Gotowany kurczak w lekkim sosie bazyliowym - 200g (7) G  
(zmielony)  
Ziemniaki z wody - 300g G (pure)  
Gotowane warzywa - 200g G  
woda - 250ml

### Kolacja

Biszkopty - 60g (1) (maczane w mleku)  
Mleko - 100g (7)  
koktajl jogurtowo-bananowy - 200g (7)  
herbata bez cukru - 250ml

### 2 Kolacja

Banan - 150g

### Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] - 1552,1  
Białko [g] - 98,5  
Tłuszcz [g] - 52  
NKT [g] - 12,8  
Węglowodany [g] - 227,6  
Cukry proste [g] - 62  
Sól [g] - 4,2

**20.01.2026, wtorek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:

- P - pieczenie
- Par – parowanie
- G – gotowanie
- D – duszenie
- S - smażenie