

Dieta podstawowa 2-8.03.2026

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
ŚNIADANIE						
<p>Owsianka z siemieniem lnianym, rodzynekami, jabłkiem i orzechami (MLE, OZI, GLU OW) (G) (300ml)</p> <p>Kajzerka (GLU PSZ) (50g) z pieczywem (GLU PSZ) (60g), pastą rybną (MLE, RYB) (80g), mozzarellą (MLE) (45g), warzywami (100g) i masłem (MLE) (10g)</p> <p>Domowe kakao (MLE) (350ml)</p>	<p>Kasza manna z nasionami chia i mussem owocowym (MLE, GLU PSZ) (G) (300ml)</p> <p>Serek wiejski (MLE) (150g) z wiórkami kokosowymi, grahamka (GLU PSZ) (50g) z pieczywem (GLU PSZ) (60g), masłem (MLE) (10g), serem salami (MLE) (30g) i warzywami (100g)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem (MLE) (350ml)</p>	<p>Jaglanka z mussem brzoskwińowym i migdałami (MLE, ORZ, GLU OW) (G) (300ml)</p> <p>Kajzerka (GLU PSZ) (50g) z pieczywem (GLU PSZ) (60g), gotowanym jajkiem (JAJ), masłem (MLE) (10g) oraz sałatką z serem (MLE) (150g)</p> <p>Domowe kakao (MLE) (350ml)</p>	<p>Kakaowa gryczanka z owocami (MLE, GLU OW) (G) (300ml)</p> <p>Bułka (GLU PSZ) (50g) z pieczywem (GLU PSZ) (60g), pasztetem mięsno-warzywnym z królikiem (wyrób własny) (SEL, GLU PSZ) (80g), serem mozzarella (MLE) (40g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem (MLE) (350ml)</p>	<p>Cynamonowy ryż na mleku z mussem jabłkowym (MLE) (G) (300ml)</p> <p>Bułka (GLU PSZ) (50g) z pieczywem (GLU PSZ) (60g), masłem (MLE) (10g), serem gouda (MLE) (30g), twarogiem truskawkowym (MLE) (70g) i warzywami (100g)</p> <p>Domowe kakao (MLE) (350ml)</p>	<p>Orkiszanka z suszonymi owocami, babką płesznik i płatkami migdałowymi (MLE, GLU PSZ, ORZ) (G) (300ml)</p> <p>Pieczeń z indyka z ziołami (100g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem i koperkiem (JAJ, MLE) (100g), z bułką (GLU PSZ) (50g), pieczywem (GLU PSZ) (60g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem (MLE) (350ml)</p>	<p>Zupa mleczna z makaronem ryżowym i nutą wanilii (MLE) (G) (300ml)</p> <p>Jajo gotowane (JAJ) z sałatką jarzynową (SEL, MLE, JAJ) (100g), bułką graham (GLU PSZ) (50g), pieczywem (GLU PSZ) (60g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)</p> <p>Domowe kakao (MLE) (350ml)</p>
OBIAD						
<p>Zupa z fasolką szparagową i ziemniakiem (SEL, MLE) (G) (400ml)</p> <p>Kurczak orientalny z kaszą bulgur (GLU PSZ) (200g) i surówką z kapusty pekińskiej (SEL, MLE) (200g) (D, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Domowy żurek na zakwasie z jajkiem (SEL, GLU ŻYT, JAJ) (G) (400ml)</p> <p>Pieczone podudzie z indyka z sosem koperkowym z puree ziemniaczanym (300g) i surówką z kwaszonej kapusty (SEL, MLE) (200g) (P, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Zupa jarzynowa z koperkiem i kaszą pęczak (SEL, MLE, GLU JĘCZ) (G) (400ml)</p> <p>Spaghetti (200g)</p> <p>bolońskie z surówką z sezonowych warzyw (GLU PSZ, MLE) (200g) (D, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Barszcz na zakwasie, zabieleny z ziemniakami (SEL, MLE) (G) (400ml)</p> <p>Łazanki (200g) z kapustą, pestkami słonecznika i pieczarkami oraz surówką z marchewki z jabłkiem (GLU PSZ) (200g) (D, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Krem pomidorowy z groszkiem ptysiowym (SEL, GLU PSZ) (G) (400ml)</p> <p>Risotto (200g) z zielonym groszkiem, czerwoną papryką, pieczarkami, pieczonym łososiem oraz surówką z selera z orzechami (SEL, MLE, ORZ) (200g) (D, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Zupa koperkowa z kalafiorom i makaronem pełnoziarnistym (SEL, MLE, GLU PSZ) (G) (400ml)</p> <p>Roladki z kurczaka (100g) nadziewane szpinakiem i suszonymi pomidorami z sosem własnym, puree ziemniaczane (300g) i surówką Colesław (MLE) (200g) (P, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Krupnik z natką pietruszki (SEL, GLU JĘCZ) (G) (400ml)</p> <p>Mielone soczewicowe w sosie pomidorowym z kopytkami (200g) oraz surówką szwedzką (SEL) (200g) (P, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>

DESER						
Mleczna galaretka z rodzynkami (MLE) (250g)	Mandarynki (190g)	Twarożek z owocami i cynamonem (MLE) (200g)	Jabłko (150g)	Jogurt z granolą (MLE, GLU OW, ORZ) (180g)	Maślanka z otrębami i płatkami migdałów (MLE, GLU OW, ORZ) (160g)	Pomarańcza (150g)
KOLACJA						
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (JAJ, MLE) (100g) z pieczywem (GLU PSZ) (60g), bułką (GLU PSZ) (50g), serem żółtym (MLE) (45g), masłem (MLE) (10g) i miksem świeżych warzyw (100g) Herbata owocowa bez cukru (350ml)	Pasta z szynki z nasionami (70g), chudym twarogiem (MLE) (50g), pieczywem (GLU PSZ) (60g), bułką (GLU PSZ) (50g), masłem (MLE) (10g) (10g) i warzywami (100g) Herbata czarna, napar bez cukru (350ml)	Wegańska pasta z tofu (SOJ) (100g), dwukolorowy ser żółty (MLE) (30g), bułką (GLU PSZ) (50g), pieczywo (GLU PSZ) (60g) z masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g) Herbata owocowa bez cukru (350ml)	Pieczywo (GLU PSZ) (60g) i bułka (GLU PSZ) (50g) z domowym schabem pieczonym w ziołach (wyrób własny) (70g), szczypiorkowy twarożek (MLE) (100g), masło (MLE) (10g) i świeże warzywa (100g) Herbata czarna, napar bez cukru (350ml)	Salatka z makaronem, pestkami słonecznika, sosem czosnkowym (GLU PSZ, MLE) (150g) i bułką (GLU PSZ) (50g) z masłem (MLE) (10g), hummusem (SEZ) (20g) i mozzarellą (MLE) (40g) Herbata owocowa bez cukru (350ml)	Wegański paprykarz (80g) z pieczywem żytnim (GLU PSZ, GLU ŻYT) (60g), bułką (GLU PSZ) (50g), serem żółtym (MLE) (45g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g) Herbata czarna, napar bez cukru (350ml)	Pieczywo (GLU PSZ) (60g) i bułka (GLU PSZ) (50g) z pastą z żółtego sera (MLE) (50g), pieczonym kurczakiem (wyrób własny) (100g), masłem (MLE) (10g) i świeżymi warzywami (100g) Herbata owocowa bez cukru (350ml)
PODSUMOWANIE WARTOŚCI ODŻYWCZEJ CAŁEGO DNIA						
Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
K: 2726.3 / B: 146.3 T: 88.0 / W: 360.0 NKT: 40.5 / SCP: 79.9 / SÓL: 5.0 / BŁ: 41.0	K: 2369.7 / B: 128.0 T: 75.7 / W: 306.6 NKT: 31.6 / SCP: 71.6 / SÓL: 5.1 / BŁ: 39.1	K: 2750.4 / B: 134.8 T: 103.9 / W: 343.5 NKT: 33.1 / SCP: 59.5 / SÓL: 4.8 / BŁ: 33.4	K: 2342.4 / B: 113.7 T: 65.7 / W: 344.3 NKT: 29.0 / SCP: 64.5 / SÓL: 4.3 / BŁ: 36.7	K: 2802.9 / B: 111.6 T: 108.4 / W: 352.4 NKT: 40.5 / SCP: 61.2 / SÓL: 2.7 / BŁ: 39.7	K: 2574.1 / B: 128.1 T: 82.4 / W: 355.0 NKT: 30.8 / SCP: 57.1 / SÓL: 5.9 / BŁ: 51.7	K: 2560.6 / B: 126.4 T: 72.1 / W: 367.8 NKT: 29.6 / SCP: 74.4 / SÓL: 6.0 / BŁ: 41.0

Posiłek nocny jest realizowany w postaci żywności specjalnego medycznego przeznaczenia i jest wydawany o godzinie 19:00.
Preparat jest dobierany indywidualnie do potrzeb każdego pacjenta.

Dieta podstawowa 9-15.03.2026

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
ŚNIADANIE						
<p>Jaglanka szarlotkowa z orzechami i daktylami (MLE, OZI) (G) (300ml) Kajzerka (GLU PSZ) (50g) i pieczywo (GLU PSZ) (60g) z masłem (MLE) (10g), serem żółtym (MLE) (45g), domową szynką pieczoną (wyrób własny) (60g) (P), sałatą i pomidorem (100g)</p> <p>Domowe kakao (MLE) (350ml)</p>	<p>Grysik z żurawiną i nerkowcem (MLE, ORZ, GLU PSZ) (G) (300ml) Grahamka (GLU PSZ) (50g) i pieczywo (GLU PSZ) (60g) z domowym schabem pieczonym w ziołach (wyrób własny) (50g), serkiem a'la grani (MLE) (60g), warzywami (100g) i masłem (MLE) (10g)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem (MLE) (350ml)</p>	<p>Owsianka z siemieniem lnianym, rodzynkami, jabłkiem i orzechami (MLE, GLU OW, OZI) (G) (300ml) Bułka (GLU PSZ) (50g) i pieczywo graham (GLU PSZ) (60g) z pastą łososiową (RYB, MLE) (60g), masłem (MLE) (10g) i serem salami (MLE) (45g)</p> <p>Domowe kakao (MLE) (350ml)</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem i brzoskwinia (MLE) (G) (300ml) Pasta z szynki drobiowej (60g), twarożek a'la grani (MLE) (60g), bułka (GLU PSZ) (50g) oraz pieczywo (GLU PSZ) (60g) z masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem (MLE) (350ml)</p>	<p>Gryczanka z wanilią i suszonymi owocami (MLE, GLU OW) (G) (300ml) Bułka (GLU PSZ) (50g) oraz pieczywo (GLU PSZ) (60g) z serem gouda (MLE) (30g), jajkiem (JAJ) (55g) w sosie tatarskim (MLE) (50g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)</p> <p>Domowe kakao (MLE) (350ml)</p>	<p>Zupa mleczna z lanym ciastem i nutą cynamonu (MLE, GLU PSZ, JAJ) (G) (300ml) Sałatka ze świeżych warzyw (150g) z kurczakiem (50g), pestkami dyni, tzatziki (MLE), mozzarellą (MLE) (45g), bułką (GLU PSZ) (50g), pieczywem (GLU PSZ) (60g), i masłem (MLE) (10g)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem (MLE) (350ml)</p>	<p>Orkiszanka z morelą, chia i płatkami migdałowymi (MLE, ORZ, GLU PSZ) (G) (300ml) Twarożek (MLE) (150g) na słodko z domową nutellą na bazie suszonych daktyli, śliwek i masła orzechowego (OZI), bułką (GLU PSZ) (50g), pieczywem (GLU PSZ) (60g), masłem (MLE) (10g) i domową konfiturą</p> <p>Domowe kakao (MLE) (350ml)</p>
OBIAD						
<p>Zupa kalafiorowa zabieleną z ziemniakami (SEL, MLE) (G) (400ml) Pulpety drobiowe (JAJ, GLU PSZ) (200g) z sosem pieczarkowym (MLE), kaszą gryczaną białą (200g) i surówką z kapusty kiszanej (200g) (D, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Zupa ogórkowa wegetariańska (SEL) (G) (400ml) Gulasz wołowo-warzywny (200g) z gnicocchi (JAJ, GLU PSZ) (200g), sosem własnym oraz surówką z kapusty pekińskiej z warzywami (MLE) (200g) (D, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem (SEL, GLU PSZ) (G) (400ml) Pieczony schab (100g) z morelą (SO2) w sosie własnym, ziemniakami z koperkiem (280g) i buraczkami (200g) (P, D, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Żurek z jajkiem i kiełbaską (SEL, GLU ŻYT, JAJ) (G) (400ml) Spaghetti (GLU PSZ) (200g) w sosie serowym (MLE) z cukinią i pomidorkami oraz surówką z marchewki z pomarańczą (200g) (D, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Krem z białych warzyw z grzankami (SEL, MLE, GLU PSZ) (G) (400ml) Miruna (RYB) (100g) z sosem greckim, kaszą bulgur (GLU PSZ) (200g) i surówką wielowarzywną (200g) (D, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Zupa z brokułami i ziemniakami (SEL, MLE) (G) (400ml) Zapiekanka warzywna z mozzarellą, sosem jajecznym i makaronem, ziołowym sosem pomidorowym (JAJ, MLE, GLU PSZ) (400g) i surówka z sezonowych warzyw (MLE) (200g) (P, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>	<p>Domowy rosół drobiowy z makaronem nitki (SEL, GLU PSZ) (G) (400ml) Podudzie z indyka (100g) z sosem własnym, fasolką szparagową, mini marchewkami, ziemniaczkami (280g) i ogórkami kiszonymi (200g) (P, G)</p> <p>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)</p>

DESER						
Koktajl truskawkowo-bananowy z nasionami chia (MLE) (300g)	Pomarańcza (150g)	Jabłko (150g)	Maślanka (MLE) (150g)	Jogurt z musem truskawkowym (MLE) (200g)	Mandarynki (190g)	Jogurt z granolą (MLE, GLU OW, OZI) (180g)
KOLACJA						
Chleb (GLU PSZ) (60g) oraz bułka (GLU PSZ) (50g) z twarogiem jogurtowym (MLE) (120g), gotowanym jajkiem (JAJ) (55g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g) Herbata owocowa bez cukru (350ml)	Salatka makaronowa z mozzarellą (GLU PSZ, MLE) (200g) oraz bułka (GLU PSZ) (50g) z masłem (MLE) (10g) i serkiem owocowym (MLE) (60g) Herbata czarna, napar bez cukru (350ml)	Pieczywo (GLU PSZ) (60g) i bułka (GLU PSZ) (50g) z twarogiem (MLE) (60g), hummusem (SEZ) (40g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g) Herbata owocowa bez cukru (350ml)	Pieczywo (GLU PSZ) (60g) oraz bułka (GLU PSZ) (50g) ze smalczykiem z fasoli (60g), domową kiełbasą (wyrób własny) (P) (60g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g) Herbata czarna, napar bez cukru (350ml)	Pieczywo graham (GLU PSZ) (60g) oraz kajzerka (GLU PSZ) (50g) z pastą z twarogu (MLE) (60g), pastą rybną (RYB) (50g), warzywami (100g) i masłem (MLE) (10g) Herbata owocowa bez cukru (350ml)	Salatka grochowa z sosem winegret i rodzynkami oraz bułka (GLU PSZ) (50g) i pieczywo (GLU PSZ) (60g) z szynką (45g) i masłem (MLE) (10g) Herbata czarna, napar bez cukru (350ml)	Pieczywo graham (GLU PSZ) (60g) oraz bułka (GLU PSZ) (50g) z domowym hummusem paprykowym (SEZ) (30g), pasztetem mięsno-warzywnym z otrębami i pestkami słonecznika (GLU PSZ, JAJ, SEL) (80g), masłem (MLE) (10g) i sałatką ze świeżych warzyw (100g) Herbata owocowa bez cukru (350ml)
PODSUMOWANIE WARTOŚCI ODŻYWCZEJ CAŁEGO DNIA						
Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
K: 2798.4 / B: 157.3 T: 91.9 / NKT: 41.3 W: 356.0 / SCP: 79.5 / SÓL: 6.8 / BŁ: 43.5	K: 2486.9 / B: 121.7 T: 75.9 / NKT: 30.9 W: 267.6 / SCP: 65.7 / SÓL: 2.0 / BŁ: 40.3	K: 2557.9 / B: 129.7 T: 85.6 / NKT: 33.2 W: 338.2 / SCP: 82.1 / SÓL: 4.5 / BŁ: 39.9	K: 2359.7 / B: 110.4 T: 85.9 / NKT: 40.0 W: 299.3 / SCP: 41.9 / SÓL: 4.4 / BŁ: 37.4	K: 2569.7 / B: 125.3 T: 76.4 / NKT: 34.4 W: 372.3 / SCP: 72.8 / SÓL: 6.2 / BŁ: 48.4	K: 2769.8 / B: 128.8 T: 88.0 / NKT: 32.5 W: 381.0 / SCP: 79.0 / SÓL: 5.6 / BŁ: 41.9	K: 2574.5 / B: 123.9 T: 86.0 / NKT: 30.3 W: 342.7 / SCP: 56.6 / SÓL: 4.7 / BŁ: 44.2

Posiłek nocny jest realizowany w postaci żywności specjalnego medycznego przeznaczenia i jest wydawany o godzinie 19:00.

Preparat jest dobierany indywidualnie do potrzeb każdego pacjenta.

WYKAZ SKRÓTÓW

Wartości odżywcze	Sposób obróbki termicznej	Alergeny
K - wartość energetyczna [kcal] B - białko ogółem [g] T - tłuszcz [g] W - węglowodany ogółem [g] NKT - nasycone kwasy tłuszczowe [g] SCP - suma cukrów prostych [g] SÓL - sól [g] Bł - błonnik pokarmowy [g] WW - wymienniki węglowodanowe	G - gotowanie P - pieczenie D - duszenie	GLU PSZ - zboża zawierające gluten pszeniczny SKO - skorupiaki i pochodne JAJ - jaja i pochodne RYB - ryby i pochodne OZI - orzeszki ziemne i pochodne SOJ - soja i pochodne MLE - mleko i pochodne wraz z laktozą ORZ - orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały SEL - seler i pochodne GOR - gorczyca i produkty pochodne SEZ - nasiona sezamu i pochodne SO2 - dwutlenek siarki/siarczyny ŁUB - łubin i produkty pochodne MCK - mięczaki i produkty pochodne MLE b/LAK - mleko i pochodne bez laktozy GLU ŻYT - zboża zawierające gluten żytni GLU OW - zboża zawierające gluten owsiany GLU JĘCZ - zboża zawierające gluten jęczmienny