Dieta łatwostrawna 12-18.10.2026

| Poniedziałek | Wtorek | Środa | Czwartek | Piątek | Sobota | Niedziela |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ŚNIADANIE | | | | | | |
| Owsianka (**MLE, GLU OW**) (G) (300ml)<br>Kajzerka (**GLU PSZ**) (50g) z pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), pasztetem mięsno-warzywnym (**JAJ, GLU PSZ**) (100g), mozzarellą (**MLE**) (45g), warzywami (100g) i masłem (**MLE**) (10g)<br><br>Domowe kakao (**MLE**) (350ml) | Płatki ryżowe z musem owocowym (**MLE**) (G) (300ml)<br>Twarożek z owocami (**MLE**) (100g), chleb pszenny (**GLU PSZ**) (50g) oraz kajzerka pszenna (**GLU PSZ**) (50g) z masłem (**MLE**) (10g), pieczeń drobiowa z indykiem (100g) i warzywami (100g)<br><br>Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml) | Jaglanka z musem brzoskwiniowym (**MLE**) (G) (300ml)<br>Kajzerka (**GLU PSZ**) (50g) z pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), pastą rybną (**RYB, MLE**) (100g), szynką (45g), masłem (**MLE**) (10g) oraz warzywami (100g)<br><br>Domowe kakao (**MLE**) (350ml) | Kakaowa gryczanka z owocami (**MLE**) (G) (300ml)<br>Bułka (**GLU PSZ**) (50g) z pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), pasztetem mięsno-warzywnym z królikiem (wyrób własny) (**SEL, GLU PSZ**) (80g), mozzarellą (**MLE**) (45g), masłem (**MLE**) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml) | Waniliowy ryż na mleku z musem wieloowocowym (**MLE**) (G) (300ml)<br>Bułka (**GLU PSZ**) (50g) z pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), masłem (**MLE**) (10g), gotowanym jajkiem (**JAJ**), truskawkowym serkiem homogenizowanym (**MLE**) (100g) i warzywami (60g)<br><br>Domowe kakao (**MLE**) (350ml) | Orkiszanka (**MLE, GLU PSZ**) (G) (300ml)<br>Pieczeń z indyka z ziołami (100g), pasta rybna z koperkiem (**RYB, JAJ, MLE**) (100g), z bułką (**GLU PSZ**) (50g), pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), masłem (**MLE**) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml) | Zupa mleczna z makaronem ryżowym (**MLE**) (G) (300ml)<br>Jajo gotowane (**JAJ**) z sałatką jarzynową (**SEL, MLE, JAJ**) (100g), bułką pszenną (**GLU PSZ**) (50g), pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), masłem (**MLE**) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Domowe kakao (**MLE**) (350ml) |
| OBIAD | | | | | | |
| Zupa warzywna z ziemniakami (**SEL, MLE**) (G) (400ml)<br>Kurczak orientalny z kaszą jaglaną (200g) i gotowanym groszkiem z marchewką (**SEL, MLE**) (200g) (D, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Zupa warzywna z jajkiem (**SEL, JAJ**) (G) (400ml)<br>Pieczone podudzie z kurczaka (100g) z sosem własnym z koperkiem z puree ziemniaczanym (300g) i gotowaną fasolką szparagową (**SEL, MLE**) (200g) (P, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Krupnik z natką pietruszki i kaszą jaglaną (**SEL**) (G) (400ml)<br>Spaghetti (200g) bolońskie z gotowanym kalafiorem (**GLU PSZ, MLE**) (200g) (D, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Łagodny barszcz zabielany z ziemniakami (**SEL. MLE**) (G) (400ml)<br>Makaron penne (**GLU PSZ**) (200g) z kurczakiem (100g), cukinią, dynią, zieloną pietruszką i tymiankiem (200g) (D, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Zupa koperkowa z makaronem pszennym (**SEL, GLU PSZ, MLE**) (G) (400ml)<br>Maślany biały ryż (200g) z zielonym groszkiem, pieczonym łososiem oraz z warzywami na parze (**SEL, MLE**) (200g) (D, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Krem pomidorowy z groszkiem ptysiowym (**SEL, MLE, GLU PSZ, JAJ**) (G) (400ml)<br>Roladki z kurczaka (100g) nadziewane szpinakiem z sosem własnym, puree ziemniaczane (300g) i marchew z groszkiem (**MLE**) (200g) (P, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Krem z cukinii z bazylią i grzankami pszennymi (**SEL, MLE, GLU PSZ**) (G) (400ml)<br>Pierogi z serem (**GLU PSZ, MLE, JAJ**) (200g) z bukietem warzyw na parze (200g) (P, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) |
| DESER | | | | | | |
| Mleczna galaretka (**MLE**) (250g) | Banan (150g) | Twarożek z owocami, płatkami owsianymi (GLU OW) i cynamonem (**MLE**) (200g) | Jabłko bez skórki (150g) | Ciasto drożdżowe z owocami i kruszonką owsianą (**MLE, GLU PSZ, JAJ, GLU OW**) (150g) | Maślanka z płatkami owsianymi i musem owocowym (**MLE, GLU OW**) (200g) | Wysokobiałkowy koktajl owocowy (**MLE**) (300g) |
| KOLACJA | | | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Pasta jajeczna z koperkiem (JAJ, MLE) (100g) z pieczywem (GLU PSZ) (60g), bułką (GLU PSZ) (50g), serkiem homogenizowanym (MLE) (100g), masłem (MLE) (10g) i miksem świeżych warzyw (100g)<br><br>Herbata owocowa bez cukru (350ml) | Pasta z szynki (70g) z pieczywem (GLU PSZ) (60g), bułką (GLU PSZ) (50g), pasta z pieczonej dyni, jogurtu i kurkumy (80g) (MLE), masłem (MLE) (10g) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Herbata czarna, napar bez cukru (350ml) | Wegańska pasta z tofu (SOJ) (100g), twaróg chudy (MLE) (50g), bułka (GLU PSZ) (50g), pieczywo (GLU PSZ) (60g) z masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Herbata owocowa bez cukru (350ml) | Pieczywo (GLU PSZ) (60g) i bułka (GLU PSZ) (50g) z domowym schabem pieczonym w ziołach (wyrób własny) (70g), koperkowy twarożek (MLE) (100g), masło (MLE) (10g) i świeże warzywa (100g)<br><br>Herbata czarna, napar bez cukru (350ml) | Pieczywo (GLU PSZ) (60g) oraz bułka (GLU PSZ) (50g) z serkiem wiejskim light (MLE) (150g), mozzarellą (MLE) (45g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Herbata owocowa bez cukru (350ml) | Pasta pomidorowa z bazylią (MLE) (100g), szynka drobiowa (45g) z pieczywem pszennym (GLU PSZ) (60g), kajzerką pszenną (GLU PSZ) (50g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Herbata czarna, napar bez cukru (350ml) | Pieczywo pszenne (GLU PSZ) (60g) i kajzerka pszenna (GLU PSZ) (50g) z serkiem śmietankowym (MLE) (50g), gotowanym kurczakiem w galarecie z warzywami (100g), masłem (MLE) (10g) i świeżymi warzywami (100g)<br><br>Herbata owocowa bez cukru (350ml) |
| PODSUMOWANIE WARTOŚCI ODŻYWCZEJ CAŁEGO DNIA | | | | | | |
| Poniedziałek | Wtorek | Środa | Czwartek | Piątek | Sobota | Niedziela |
| K: 2468.0 / B: 138.9<br>T: 80.7 / W: 306.9<br>NKT: 33.6 / SCP: 73.8<br>Na: 2812.5 / F: 26.9 | K: 2362.1 / B: 142.9<br>T: 63.7 / W: 315.8<br>NKT: 27.0 / SCP: 79.6<br>Na: 2594.8 / F: 31.2 | K: 2622.1 / B: 147.3<br>T: 84.4 / W: 337.7<br>NKT: 32.1 / SCP: 55.9<br>Na: 3978.1 / F: 25.9 | K: 2316.6 / B: 129.4<br>T: 62.3 / W: 320.7<br>NKT: 28.2 / SCP: 47.4<br>Na: 1785.8 / F: 28.0 | K: 2500.2 / B: 118.1<br>T: 77.1 / W: 344.1<br>NKT: 34.9 / SCP: 59.0<br>Na: 3510.6 / F: 26.4 | K: 2500.6 / B: 137.3<br>T: 81.5 / W: 317.3<br>NKT: 28.8 / SCP: 47.8<br>Na: 3427.1 / F: 34.0 | K: 2515.9 / B: 145.9<br>T: 79.2 / W: 318.0<br>NKT: 38.2 / SCP: 82.7<br>Na: 2138.6 / F: 27.2 |

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.

Dieta łatwostrawna 19-25.10.2026

| ŚNIADANIE | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Jaglanka szarlotkowa (**MLE**) (G) (300ml)<br>Kajzerka (**GLU PSZ**) (50g) i pieczywo (**GLU PSZ**) (60g) z masłem (**MLE**) (10g), serem mozzarella (**MLE**) (45g), domową szynką pieczoną (wyrób własny) (60g) (P), sałatą i pomidorem bez skórki (100g)<br><br>Domowe kakao (**MLE**) (350ml) | Miks płatków z wanilią (**MLE, GLU PSZ, GLU OW**) (G) (300ml)<br>Kajzerka (**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)<br><br>Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml) | Owsianka (**MLE, GLU OW**) (G) (300ml)<br>Bułka (**GLU PSZ**) (50g) i pieczywo (**GLU PSZ**) (60g) z pastą łososiową (**RYB, MLE**) (60g), masłem (**MLE**) (10g) i serkiem homogenizowanym (**MLE**) (150g)<br><br>Domowe kakao (**MLE**) (350ml) | Zupa mleczna z ryżem i brzoskwinią (**MLE**) (G) (300ml)<br>Pasta z szynki drobiowej (60g), pasta jajeczna (**JAJ, MLE**) (70g), bułka (**GLU PSZ**) (50g) oraz pieczywo (**GLU PSZ**) (60g) z masłem (**MLE**) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml) | Gryczanka z wanilią (**MLE**) (G) (300ml)<br>Bułka (**GLU PSZ**) (50g) oraz pieczywo (**GLU PSZ**) (60g) z serem mozzarella light (**MLE**) (60g), serkiem wiejskim light (**MLE**), (100g), masłem (**MLE**) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Domowe kakao (**MLE**) (350ml) | Zupa mleczna z lanym ciastem i nutą cynamonu (**MLE, GLU PSZ, JAJ**) (G) (300ml)<br>Pieczywo (**GLU PSZ**) (60g) z bułką (**GLU PSZ**) (50g), serkiem homogenizowanym (**MLE**) (100g), pieczonym kurczakiem (50g), masłem (**MLE**) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml) | Orkiszanka (**MLE, GLU PSZ**) (G) (300ml)<br>Twarożek malinowy (**MLE**) (150g) na słodko z bułką (**GLU PSZ**) (50g), pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), masłem (**MLE**) (10g), mozzarellą (**MLE**) (45g), pomidorem i roszponką<br><br>Domowe kakao (**MLE**) (350ml) |
| **OBIAD** | | | | | | |
| Zupa kalafiorowa zabielana z ziemniakami (**SEL, MLE**) (G) (400ml)<br>Pulpety drobiowe (**JAJ, GLU PSZ**) (200g) z kremowym sosem pomidorowym (**MLE**), kaszą kuskus (**GLU PSZ**) (200g) i gotowaną mini marchewką (200g) (D, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Zupa koperkowa z ryżem (**SEL**) (G) (400ml)<br>Gulasz z indyka i warzyw (200g) z gniocchi (**JAJ, GLU PSZ**) (200g), sosem własnym oraz gotowaną fasolką szparagową (**MLE**) (200g) (D, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Zupa pomidorowa z makaronem (**SEL, GLU PSZ**) (G) (400ml)<br>Pieczony schab (100g) z morelą (**SO2**) w sosie własnym, ziemniakami z koperkiem (280g) i buraczkami (200g) (P, D, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Zupa z marchewką i brokułami (**SEL**) (G) (400ml)<br>Spaghetti (**GLU PSZ**) (200g) w sosie jogurtowym (**MLE**) z cukinią i pomidorkami oraz gotowanym groszkiem (200g) (D, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Krem z białych warzyw z grzankami (**SEL, MLE, GLU PSZ**) (G) (400ml)<br>Miruna (**RYB**) (100g) z sosem greckim, ziemniakami (280g) i gotowaną marchewką z groszkiem (200g) (D, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Zupa z brokułami i ziemniakami (**SEL, MLE**) (G) (400ml)<br>Zapiekanka z makaronem pszennym, mozzarellą, sosem jajecznym, ziołowym sosem pomidorowym (**JAJ, MLE, GLU PSZ**) (400g) i gotowaną mini marchewką (200g) (P, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) | Domowy rosół drobiowy z makaronem nitki (**SEL, GLU PSZ**) (G) (400ml)<br>Podudzie z indyka (100g) z sosem własnym, fasolką szparagową, mini marchewkami i ziemniaczkami (280g) (200g) (P, G)<br><br>Kompot owocowy (bez cukru) (350ml) |
| **DESER** | | | | | | |
| Koktajl truskawkowo-bananowy (**MLE**) (300g) | Jabłko bez skórki (150g) | Banan (150g) | Maślanka (**MLE**) (150g) | Jogurt z musem truskawkowym (**MLE**) (200g) | Jabłko pieczone (150g) | Jogurt naturalny (**MLE**) (150g) |
| **KOLACJA** | | | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Chleb (GLU PSZ) (60g) oraz bułka (GLU PSZ) (50g) z twarożkiem jogurtowym (MLE) (120g), pastą jajeczną z tuńczykiem (JAJ, MLE, RYB) (80g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Herbata owocowa bez cukru (350ml) | Pieczywo (60g) (GLU PSZ) oraz bułka (GLU PSZ) (50g) z masłem (MLE) (10g), mozzarellą (MLE) (60g), serkiem owocowym (MLE) (60g) i warzywami (100g)<br><br>Herbata czarna, napar bez cukru (350ml) | Pieczywo (GLU PSZ) (60g) i bułka (GLU PSZ) (50g) z pastą pomidorową z bazylią (MLE) (80g), serkiem wiejskim (MLE) (150g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Herbata owocowa bez cukru (350ml) | Pieczywo (GLU PSZ) (60g) oraz bułka (GLU PSZ) (50g) z jogurtowym twarożkiem (MLE) (60g), domową kiełbasą (wyrób własny) (P) (60g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Herbata czarna, napar bez cukru (350ml) | Pieczywo (GLU PSZ) (60g) oraz kajzerka (GLU PSZ) (50g) z jajkiem (JAJ) (55g) w sosie koperkowym (MLE) (50g), pastą rybną (RYB) (50g), warzywami (100g) i masłem (MLE) (10g)<br><br>Herbata owocowa bez cukru (350ml) | Szynka (45g) z bułką (GLU PSZ) (50g), pieczywem (GLU PSZ) (60g), masłem (MLE) (10g), serkiem wiejskim (MLE) (70g) i warzywami (100g)<br><br>Herbata czarna, napar bez cukru (350ml) | Pieczywo (GLU PSZ) (60g) oraz bułka (GLU PSZ) (50g) z gotowanym jajem (JAJ) (55g), sosem koperkowym (MLE) (40g), pasztetem mięsno-warzywnym (JAJ, GLU PSZ) (80g), masłem (MLE) (10g) i warzywami (100g)<br><br>Herbata owocowa bez cukru (350ml) |
| PODSUMOWANIE WARTOŚCI ODŻYWCZEJ CAŁEGO DNIA | | | | | | |
| Poniedziałek | Wtorek | Środa | Czwartek | Piątek | Sobota | Niedziela |
| K: 2770.2 / B: 160.5<br>T: 84.1 / NKT: 40.2<br>W: 351.3 / SCP: 73.2<br>Na: 2694.3 / F: 28.7 | K: 2221.1 / B: 108.5<br>T: 57.7 / NKT: 22.3<br>W: 254.4 / SCP: 42.8<br>Na: 2636.1 / F: 28.3 | K: 2397.2 / B: 146.5<br>T: 60.5 / NKT: 27.4<br>W: 327.8 / SCP: 83.0<br>Na: 3397.5 / F: 27 | K: 2367.0 / B: 114.3<br>T: 78.3 / NKT: 29.7<br>W: 314.9 / SCP: 47.2<br>Na: 2912.8 / F: 26.9 | K: 2442.4 / B: 126.9<br>T: 74.7 / NKT: 32.8<br>W: 331.3 / SCP: 66.8<br>Na: 3269.5 / F: 33.3 | K: 2378.4 / B: 123.1<br>T: 67.5 / NKT: 28.2<br>W: 331.1 / SCP: 66.9<br>Na: 3290 / F: 32.9 | K: 2501.0 / B: 142.4<br>T: 81.4 / NKT: 35.6<br>W: 314.8 / SCP: 61.8<br>Na: 2962.1 / F: 27.2 |

## WYKAZ SKRÓTÓW

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

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.