Dieta podstawowa 12-18.10.2026

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
ŚNIADANIE						
Owsianka z siemię lnianym, rodzynkami, jabłkiem i orzechami (**MLE, OZI, GLU OW**) (G) (300ml) 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) Domowe kakao (**MLE**) (350ml)	Płatki ryżowe z nasionami chia i musem owocowym (**MLE**) (G) (300ml) Twarożek z owocami (**MLE**) (100g), chleb pełnoziarnisty (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) (50g) oraz bułka żytnia (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) (50g) z masłem (**MLE**) (10g), pieczeń drobiowa z indykiem (100g) i warzywami (100g) Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml)	Jaglanka z musem brzoskwiniowym i migdałami (**MLE, ORZ, GLU OW**) (G) (300ml) Kajzerka (**GLU PSZ**) (50g) z pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), pastą rybną (**MLE, RYB**) (100g), masłem (**MLE**) (10g) oraz sałatka z serem (**MLE**) (150g) Domowe kakao (**MLE**) (350ml)	Kakaowa gryczanka z owocami (**MLE, GLU OW**) (G) (300ml) 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) Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml)	Waniliowy ryż na mleku z musem wieloowocowym (**MLE**) (G) (300ml) Bułka (**GLU PSZ**) (50g) z pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), masłem (**MLE**) (10g), hummusem klasycznym i pomidorowym (**SEZ**) (40g), truskawkowym serkiem homogenizowanym (**MLE**) (100g) i warzywami (100g) Domowe kakao (**MLE**) (350ml)	Orkiszanka z suszonymi owocami, babką płesznik i płatkami migdałowymi (**MLE, GLU PSZ, ORZ**) (G) (300ml) 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) Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml)	Zupa mleczna z makaronem ryżowym (**MLE**) (G) (300ml) 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) Domowe kakao (**MLE**) (350ml)
OBIAD						
Zupa warzywna z ziemniakami (**SEL, MLE**) (G) (400ml) Kurczak orientalny z kaszą bulgur (**GLU PSZ**) (200g) i surówką z kapusty pekińskiej (**SEL, MLE**) (200g) (D, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	Domowy żurek na zakwasie z jajkiem (**SEL, GLU ŻYT, JAJ**) (G) (400ml) Pieczone podudzie z kurczaka (100g) z sosem własnym z koperkiem z puree ziemniaczanym (300g) i surówką z kwaszonej kapusty (**SEL, MLE**) (200g) (P, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	Krupnik z natką pietruszki i kaszą jęczmienną (**SEL, GLU JĘCZ**) (G) (400ml) Spaghetti (200g) bolońskie z surówką z sałaty, koperku i jogurtu (**GLU PSZ, MLE**) (200g) (D, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	Barszcz na zakwasie z jajkiem (**SEL, JAJ**) (G) (400ml) Makaron razowy (**GLU PSZ**) (200g) z kapustą, pestkami słonecznika i pieczarkami oraz surówką z marchewki z jabłkiem (200g) (D, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	Zupa koperkowa z makaronem pełnoziarnistym (**SEL, GLU PSZ, MLE**) (G) (400ml) Maślany brązowy ryż (200g) z zielonym groszkiem, czerwoną papryką, pieczarkami, pieczonym łososiem oraz surówką z selera z orzechami (**SEL, MLE, ORZ**) (200g) (D, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	Krem pomidorowy z groszkiem ptysiowym (**SEL, MLE, GLU PSZ, JAJ**) (G) (400ml) Roladki z kurczaka (100g) nadziewane szpinakiem i suszonymi pomidorami z sosem własnym, puree ziemniaczane (300g) i surówką Colesław (**MLE**) (200g) (P, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	Krem z cukinii z bazylią i grzankami pełnoziarnistymi (**SEL, MLE, GLU ŻYT**) (G) (400ml) Mielone soczewicowe w sosie pomidorowym z kaszą jęczmienną (**SEL, GLU JĘCZ**) (200g) z bukietem warzyw na parze (200g) (P, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)
DESER						
Mleczna galaretka z rodzynkami (**MLE**) (250g)	Banan (120g)	Twarożek z owocami, płatkami owsianymi (GLU OW) i cynamonem (**MLE**) (200g)	Jabłko (150g)	Ciasto drożdżowe z nadzieniem czekoladowym (**MLE, GLU PSZ, JAJ**) (150g)	Maślanka z nasionami chia, otrębami, musem owocowym i płatkami migdałów (**MLE, ORZ, GLU OW**) (200g)	Pomarańcza (150g)
KOLACJA						

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (**JAJ, MLE)** (100g) z pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), bułką (**GLU PSZ**) (50g), serem gouda (**MLE**) (45g), masłem (**MLE**) (10g) i miksem świeżych warzyw (100g) Herbata owocowa bez cukru (350ml)	Pasta z szynki z nasionami (70g), hummus z pieczoną dynią i kurkumą (**SEZ**) (80g), 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), bułka (**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) z ogórkiem kwaszonym, masło (**MLE**) (10g) i świeże warzywa (100g) Herbata czarna, napar bez cukru (350ml)	Sałatka z makaronem pełnoziarnistym, pestkami słonecznika, sosem czosnkowym (**GLU PSZ, MLE**) (150g) i bułką (**GLU PSZ**) (50g) z masłem (**MLE**) (10g) i mozzarellą (**MLE**) (40g) oraz serkiem wiejskim (**MLE**) (100g) Herbata owocowa bez cukru (350ml)	Wegański paprykarz (80g) z pieczywem żytnim (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) (60g), bułką (**GLU PSZ**) (50g), serem morskim (**MLE**) (45g), masłem (**MLE**) (10g) i warzywami (100g) Herbata czarna, napar bez cukru (350ml)	Pieczywo graham (**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) Herbata owocowa bez cukru (350ml)
PODSUMOWANIE WARTOŚCI ODŻYWCZEJ CAŁEGO DNIA						
Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
K: 2657.1 / B: 148.6 T: 83.6 / W: 346.6 NKT: 38.4 / SCP: 78.8 Na: 3802 / F: 41.0	K: 2451.3 / B: 137.5 T: 75.6 / W: 320.7 NKT: 25.7 / SCP: 84.8 Na: 2673.7 / F: 39.1	K: 2838.2 / B: 146.3 T: 104.8 / W: 354.6 NKT: 32.2 / SCP: 58.2 Na: 3997 / F: 33.4	K: 2381.9 / B: 119.2 T: 73.1 / W: 333.7 NKT: 30.4 / SCP: 63.8 Na: 2541.3 / F: 36.7	K: 2640.7 / B: 114.9 T: 97.3 / W: 342.6 NKT: 33.5 / SCP: 73.9 Na: 2487.2 / F: 43.9	K: 2651.9 / B: 126.7 T: 102.2 / W: 332.9 NKT: 27.9 / SCP: 51.2 Na: 3095.6 / F: 51.7	K: 2682.2 / B: 123.1 T: 73.5 / W: 397.8 NKT: 26.5 / SCP: 81.3 Na: 1838.4 / F: 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 19-25.10.2026

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
ŚNIADANIE						
Jaglanka szarlotkowa z orzechami i daktylami (**MLE, OZI**) (G) (300ml) 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 (100g) Domowe kakao (**MLE**) (350ml)	Miks płatków z żurawiną, nerkowcem i wanilią (**MLE, ORZ, GLU PSZ, GLU OW**) (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) Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml)	Owsianka z siemię 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) Domowe kakao (**MLE**) (350ml)	Zupa mleczna z ryżem i brzoskwinią (**MLE**) (G) (300ml) Pasta z szynki drobiowej (60g), ser ementaler (**MLE**) (45g), bułka (**GLU PSZ**) (50g) oraz pieczywo (**GLU PSZ**) (60g) z masłem (**MLE**) (10g) i warzywami (100g) Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml)	Gryczanka z wanilią i suszonymi owocami (**MLE, GLU OW**) (G) (300ml) Bułka (**GLU PSZ**) (50g) oraz pieczywo (**GLU PSZ**) (60g) z serem mozzarella (**MLE**) (45g), smalczykiem z fasoli (50g), masłem (**MLE**) (10g) i warzywami (100g) Domowe kakao (**MLE**) (350ml)	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**), dwukolorowym serem żółtym (**MLE**) (45g), bułką (**GLU PSZ**) (50g), pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), i masłem (**MLE**) (10g) Kawa zbożowa z mlekiem (**MLE**) (350ml)	Orkiszanka z morelą, chia i płatkami migdałowymi (**MLE, ORZ, GLU PSZ**) (G) (300ml) Twarożek (**MLE**) (100g) na słodko z domową nutellą na bazie suszonych daktyli, śliwek i masła orzechowego (**OZI, GLU PSZ**), bułką (**GLU PSZ**) (50g), pieczywem (**GLU PSZ**) (60g), masłem (**MLE**) (10g) z mozzarellą (**MLE**) (45g) i pomidorem Domowe kakao (**MLE**) (350ml)
OBIAD						
Zupa kalafiorowa zabielana z ziemniakami (**SEL, MLE**) (G) (400ml) Pulpety drobiowe (**JAJ, GLU PSZ**) (200g) z sosem pieczarkowym (**MLE**), kaszą gryczaną białą (200g) i surówką z kapusty kiszonej (200g) (D, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	Zupa ogórkowa wegetariańska (**SEL**) (G) (400ml) Gulasz z indyka i warzyw (200g) z gniocchi (**JAJ, GLU PSZ**) (200g), sosem własnym oraz surówką z kapusty pekińskiej z warzywami (**MLE**) (200g) (D, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (**SEL, GLU PSZ**) (G) (400ml) Pieczony schab (100g) z morelą (**SO2**) w sosie własnym, ziemniakami z koperkiem (280g) i buraczkami (200g) (P, D, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	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) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	Krem z białych warzyw z grzankami (**SEL, MLE, GLU PSZ**) (G) (400ml) Miruna (**RYB**) (100g) z sosem greckim, ziemniakami (280g) i surówką wielowarzywną (200g) (D, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	Zupa z brokułami i ziemniakami (**SEL, MLE**) (G) (400ml) Zapiekanka warzywna z mozzarellą, sosem jajecznym i makaronem pełnoziarnistym, ziołowym sosem pomidorowym (**JAJ, MLE, GLU PSZ**) (400g) i surówka z sezonowych warzyw (**MLE**) (200g) (P, G) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)	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) Kompot owocowy (bez cukru) (350ml)
DESER						
Koktajl truskawkowo-bananowy z nasionami chia (**MLE**) (300g)	Pomarańcza (150g)	Jabłko (150g)	Maślanka (**MLE**) (150g)	Jogurt z musem truskawkowym (**MLE**) (200g)	Banan (120g)	Jogurt z granolą (**MLE, GLU OW, OZI**) (180g)

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) Herbata owocowa bez cukru (350ml)	Sałatka z makaronem pełnoziarnistym, 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) z jogurtowym twarożkiem (MLE) (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 jajkiem (JAJ) (55g) w sosie tatarskim (MLE) (50g), pastą rybną (RYB) (50g), warzywami (100g) i masłem (MLE) (10g) Herbata owocowa bez cukru (350ml)	Sałatka 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: 2798.1 / B: 161.9 T: 89.2 / NKT: 39.8 W: 357.3 / SCP: 79.5 Na: 3299.7 / F: 43.5	K: 2448.1 / B: 117.8 T: 76.2 / NKT: 30.4 W: 260.9 / SCP: 65.7 Na: 3705.4 / F: 40.3	K: 2557.5 / B: 130.2 T: 85.8 / NKT: 33.2 W: 337.3 / SCP: 82.1 Na: 2620.1 / F: 39.9	K: 2478.5 / B: 120.0 T: 98.8 / NKT: 38.3 W: 289.0 / SCP: 40.8 Na: 3886.4 / F: 37.4	K: 2483.2 / B: 113.9 T: 80.9 / NKT: 35.8 W: 347.4 / SCP: 74.3 Na: 3181.4 / F: 48.4	K: 2752.6 / B: 127.7 T: 96.6 / NKT: 29.9 W: 362.0 / SCP: 84.3 Na: 2940.6 / F: 41.9	K: 2625.2 / B: 126.7 T: 92.0 / NKT: 34.0 W: 340.0 / SCP: 57.0 Na: 2888.9 / F: 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] Na – sód [mg] F – błonnik pokarmowy [g] WW – wymienniki węglowodanowe	G – gotowanie P – pieczenie D – duszenie	GLU PSZ – zboża zawierające gluten pszenny 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