



**Jadłospis dekadowy od 01.10.2026 do 10.10.2026 r.**  
**DIETA PODSTAWOWA, DLA DOROSŁYCH (D01)**

| <i>Data</i>            | <i>Śniadanie</i>                                                                                                                                                                                                                                    | <i>Obiad</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <i>Kolacja</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <i>Kolacja nocna</i>                                                                                                                           |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01.10.2026<br>CZWARTEK | Zacierka na mleku/1,3,7/ <b>G</b> (350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Szynkowa drobiowa (60g)<br>Dżem (1szt)<br>Pomidor (150g)<br><b>HEM:</b> Mus jabłkowy (1szt)<br>Herbata <b>G</b> (250g)                       | Zupa pieczarkowa z ziemniakami/1,7,9/ <b>S,G</b> (350g)<br>Filet z indyka w sosie pietruszkowym/1,7/ <b>D</b> (70g/120g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Fasolka szparagowa <b>G</b> (100g)<br><b>HEM:</b> Fasolka szparagowa <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g) | Chleb pełnoziarnisty 1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Paszтет pieczony (70g)<br>Serek twarogowy tartare/7/(1szt)<br>Ogórek kiszony (150g)<br><b>HEM:</b> Polędwica drobiowa (60g)<br><b>HEM:</b> Serek twarogowy tartare/7/(1szt)<br><b>HEM:</b> Cukinia <b>G</b> (150g)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g) | Sok pomidorowy (1szt)                                                                                                                          |
| 02.10.2026<br>PIĄTEK   | Kasza jaglana na mleku/7/ <b>G</b> (350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Schab kruchy (60g)<br>Serek topiony lactima/7/(1szt)<br>Ogórek świeży (150g)<br><b>HEM:</b> Mus owoc-warz (1szt)<br>Herbata <b>G</b> (250g) | Krupnik/1,9/ <b>G</b> (350g)<br>Ryba z pieca/1,4/ <i>Miruna</i> <b>P</b> (100g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Surówka wielowarzywna/7,9,10/ (100g)<br><b>HEM:</b> Mieszanek królewska <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                                       | Chleb pełnoziarnisty 1/(100g)<br>Masło naturalne /7/(15g)<br>Twarożek buraczany/7/(100g)<br>Sałata rzymska (10g); Jabłko (160g)<br><b>HEM:</b> Jabłko pieczone <b>P</b> (160g)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)                                                                                                 | Chleb pszenno-żytni/1/(50g)<br>Masło naturalne/7/(10g)<br>Polędwica sopocka (60g)<br>Pomidor (150g)<br><b>HEM:</b> Papryka mix <b>G</b> (150g) |
| 03.10.2026<br>SOBOTA   | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Jaja/3/ <b>G</b> (2szt); Majonez/3/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br><b>HEM:</b> Mus jabłkowy (1szt)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)                                                        | Zupa brokułowa/1,7,9/ <b>G</b> (350g)<br>Gulasz drobiowy/1/ <b>D</b> (250g)<br>Kasza bulgur/1/ <b>G</b> (200g)<br>Surówka z selera i jabłka/7,9/(100g)<br><b>HEM:</b> Marchewka mini <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                                          | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Polędwica z warzywami (60g)<br>Dżem (1szt)<br>Papryka czerwona (150g)<br><b>HEM:</b> Cukinia z pieca z nasionami słonecznika <b>P</b> (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)                                                                               | Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt)                                                                                                        |

**LEGENDA : LISTA ALERGENÓW:** / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja  
/ 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki  
**SPOSÓB OBRÓBKl TERMICZNEJ:** **G** -gotowanie **P** – pieczenie **S** – smażenie **D** - duszenie

**UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

**UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywnienie dla zdrowia”.**



## Jadłospis dekadowy od 01.10.2026 do 10.10.2026 r. DIETA PODSTAWOWA, DLA DOROSŁYCH (D01)

|                            |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 04.10.2026<br>NIEDZIELA    | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Szynkowa wieprzowa (60g)<br>Serek topiony lactima/7/(1szt)<br>Ogórek świeży (150g)<br><b>HEM:</b> Mus owoc-warz (1szt)<br>Kawa mleczna/7/ G (250g)                            | Zupa wiejska z makaronem/1,3,7,9/ G 350g<br>Schab duszony w sosie/1/ D (70g/100g)<br>Ziemniaki G (200g)<br>Brukselka G (100g)<br><b>HEM:</b> Sałatka z buraczków G (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)             | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Kiełbasa śląska drobiowa G (100g)<br>Musztarda/10/(1szt)<br>Serek twarogowy tartare/7/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br><b>HEMO:</b> Jabłko P (160g)<br>Herbata G (250g) | Maślanka/7/(1szt)<br><b>HEMO:</b> Napój owsiany waniliowy/1/(1szt)                                                                                                                               |
| 05.10.2026<br>PONIEDZIAŁEK | Makaron na ml/1,3,7/G (350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Polędwica sopocka (60g)<br>Serek twarogowy tartare/7/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br><b>HEM:</b> Mus jabłkowy (1szt)<br>Herbata owocowa G (250g) | Zupa grochowa/1,7,9/G/ 350g<br>Gulasz wieprzowy/1/D (350g)<br>Ziemniaki G (200g)<br>Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki (100g)<br><b>HEM:</b> Marchewka z groszkiem/1/G (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)    | Chleb pełnoziarnisty /1/(100g)<br>Masło naturalne /7/(15g)<br>Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt)<br>Sałata masłowa (10g); Jabłko (160g)<br><b>HEM:</b> Gruszka P (200g)<br>Kawa mleczna/7/ G (250g)                                | Chleb pszenno-żytni/1/(50g)<br>Masło naturalne/7/(10g)<br>Szynka drobiowa konserwowa (60g)<br>Pomidor (150g)<br><b>HEMO:</b> Papryka mix G (150g)                                                |
| 06.10.2026<br>WTOREK       | Kasza manna na ml/1,7/G (350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Schab faszerowany (60g)<br>Dżem (1szt)<br>Papryka czerwona (150g)<br><b>HEM:</b> Mus owoc-warz (1szt)<br>Herbata G (250g)                   | Żurek/1,7,9/ G (350g)<br>Gołąbki/1/G (1szt)<br>Sos pomidorowo-jarzynowy/1,9/G (150g)<br>Ziemniaki G (200g)<br>Surówka z marchewki i selera/7,9/ (100g)<br><b>HEM:</b> Brokuł G (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g) | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Pasta z ryby wędzonej i twarogu/4,7/ <i>Makrela wędzona</i> (100g)<br>Pomidor (150g)<br><b>HEM:</b> Papryka kolorowa z pieca P (200g)<br>Kawa mleczna/7/ G (250g) | Sok wielowarzywny(1szt)<br><b>HEMO:</b> Sok wielowarzywny (1szt)                                                                                                                                 |
| 07.10.2026<br>ŚRODA        | Płatki owsiane na mleku/1,7/G (350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Makaron razowy/1,3/ G (200g)<br>Kiwi (1szt)<br>Ogórek świeży (150g)<br><b>HEM:</b> Mus jabłkowy (1szt)<br>Herbata G (250g)           | Zupa kalafiorowa/1,7,9/S,G/ 350g<br>Sos spaghetti D,S (250g)<br>Makaron razowy/1,3/ G (200g)<br>Kiwi (1szt)<br><b>HEM:</b> Fasolka szparagowa G (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)                                | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Polędwica drobiowa (60g)<br>Serek topiony lactima/7/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br><b>HEM:</b> Dynia z pieca P (100g)<br>Kawa mleczna/7/ G (250g)                    | Mix sałat z oliwkami, mozzarellą, kurczakiem i suszonymi pomidorami /3,7/ (200g)<br><b>HEM.:</b> Sałatka z ryżem dzikim, kurczakiem, kukurydzą , fasolą czerwoną i suszonymi pomidorami G (200g) |

**LEGENDA : LISTA ALERGENÓW:** / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja  
/ 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki  
**SPOSÓB OBRÓBKİ TERMICZNEJ:** G -gotowanie P – pieczenie S – smażenie D - duszenie

**UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

**UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywnie dla zdrowia”.**



## Jadłospis dekadowy od 01.10.2026 do 10.10.2026 r. **DIETA PODSTAWOWA, DLA DOROSŁYCH (D01)**

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                         |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08.10.2026<br>CZWARTEK | Zacierka na mleku/1,3,7/ <b>G</b> (350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Twarożek z suszonymi pomidorami i koprem/7/(100g)<br>Ogórek kiszony (150g)<br><b>HEM:</b> Mus owoc-warz (1szt)<br>Herbata <b>G</b> (250g) | Krupnik/1,7,9/ <b>G</b> (350g)<br>Udko z kurczaka z pieca/1/ <b>P</b> (150g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Sałata z sosem winegret/10/(100g)<br><b>HEM:</b> Marchewka z groszkiem/1/ <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                            | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Leczo z ciecierzycą <b>D,S</b> (200g)<br>Jabłko (160g)<br><b>HEM:</b> Leczo z ciecierzycą <b>D,S</b> (200g)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)                                              | Chleb pszenno-żytni/1/(50g)<br>Serek topiony lactima/7/(2szt)<br>Mix sałat (10g)<br>Jabłko (160g)<br><b>HEMO:</b> Mus jabłkowy (1szt)                                   |
| 09.10.2026<br>PIĄTEK   | Płatki ryżowy na mleku/1,7/ <b>G</b> (350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Szynkowa drobiowa (60g)<br>Miód (1szt)<br>Papryka czerwona (150g)<br><b>HEM:</b> Mus jabłkowy (1szt)<br>Herbata <b>G</b> (250g)        | Barszcz ukraiński/1,7,9/ <b>G</b> (350g)<br>Kotlet rybny/1,3,4/ <i>Morszczuk</i> <b>S</b> (80g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Surówka z selera, jabłka i marchwi/7,9/(100g)<br><b>HEM:</b> Kalafior z groszkiem <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g) | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Parówki z szynki <b>G</b> (100g)<br>Serek topiony lactima/7/(1szt)<br>Musztarda/10/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br><b>HEM:</b> Dynia z pieca <b>P</b> (100g)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g) | Chleb pszenno-żytni/1/(50g)<br>Masło naturalne/7/(1szt)<br>Twarożek buraczany/7/(100g)<br>Sałata rzymska (10g)<br>Mandarynki (1szt)<br><b>HEMO:</b> Mus jabłkowy (1szt) |
| 10.10.2026<br>SOBOTA   | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Ser żółty/7/(60g); Dżem (1szt)<br>Pomidor (150g)<br><b>HEM:</b> Mus owoc-warz (1szt)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)                                                              | Zupa fasolowa/1,7,9/ <b>G</b> (350g)<br>Schab duszony w sosie/1/ <b>D</b> (70g/100g)<br>Kasza jęczmienna/1/ <b>G</b> (200g)<br>Sałatka z buraczków <b>G</b> (100g)<br><b>HEM:</b> Sałatka z buraczków <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)             | Chleb pełnoziarnisty 1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Jaja/3/ <b>G</b> (2szt); Majonez/3/(1szt)<br>Ogórek świeży (150g)<br><b>HEM:</b> Brzoskwinia z pieca <b>P</b> (100g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)                                             | Serek grani/7/(1szt)                                                                                                                                                    |

Oliwia  
Sobucka

Podpis cyfrowy: Oliwia Sobucka  
DN: DC=LOCAL, DC=SZPITAL,  
OU=Organizacja, OU=Dekerta,  
OU=Działy, OU=Dział Żywnienia -  
334, CN=Oliwia Sobucka  
Powód: Jestem autorem tego  
dokumentu  
Lokalizacja:  
Data: 2026.09.30 14:13:33+02'00'  
WSzW w Gorzowie Wlkp. Wersja:  
2025.2.0

**LEGENDA : LISTA ALERGENÓW:** / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja  
/ 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki  
**SPOSÓB OBRÓBKİ TERMICZNEJ:** **G** - gotowanie **P** - pieczenie **S** - smażenie **D** - duszenie

**UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

**UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywnienie dla zdrowia”.**