

Cateringi dietetyczne w odpowiedziach AI

Rankingi marek i kategorii
oraz wnioski dla strategii GEO

Stan na 6 października 2026 • Polska

RAPORT BRANŻOWY

Catering Raport 2026

Widoczność marek w AI

30 marek • 5 kategorii

Stan na 6 października 2026



30 marek / 18 497 odpowiedzi / 5 kategorii

Opracowanie Semly

Dariusz Januszkiewicz • CAIO Semly.ai

53 dni zarejestrowanych pomiarów.

Spis treści

- 01. Które cateringi pojawiają się w odpowiedziach AI?
- 02. Ranking ogólny wszystkich 30 marek
- 03. Diety roślinne i ograniczenia żywieniowe
- 04. Redukcja masy ciała i kontrola kalorii
- 05. Sport, wysokie białko i aktywny tryb życia
- 06. Wybór menu, jakość i obsługa zamówienia
- 07. Zdrowe odżywianie i codzienna wygoda
- 08. Jak zmienia się widoczność między kategoriami?
- 09. Jakie domeny występują w źródłach odpowiedzi?
- 10. Pięć systemów AI i różna liczba odpowiedzi
- 11. Co wyniki oznaczają dla działań GEO?
- 12. Metodologia i ograniczenia badania
- 13. Opracowanie merytoryczne

Jak czytać raport

Ranking ogólny obejmuje 100 pytań. Pięć kategorii obejmuje 99 pytań; jedno pytanie pozostaje poza kategoriami. Metodologia wyjaśnia różnice w liczebności próby i sposób liczenia wyników.

Które cateringi pojawiają się w odpowiedziach AI?

bodychief.pl prowadzi w całym badaniu, ale nie wygrywa w każdej kategorii. Przy pytaniach o redukcję masy ciała pierwsze miejsce zajmuje wygodnadieta.pl. Przy wyborze menu i codziennej wygodzie na czele jest maczfit.pl. Jedna ogólna lista nie opisuje więc całej konkurencji o obecność w odpowiedziach AI.

Wybór cateringu zaczyna się od potrzeby. Dla jednej osoby będzie to brak czasu na gotowanie, dla innej możliwość samodzielnego układania menu, wariant roślinny albo posiłki dopasowane do treningu. Pytania w badaniu odzwierciedlają te różnice. To właśnie na ich tle warto czytać wyniki, zamiast traktować widoczność jako uniwersalną ocenę marki.

Semly przeanalizowało 18 497 odpowiedzi w panelu 30 marek cateringów dietetycznych. Eksport zawiera 100 pytań po polsku oraz 53 daty pomiaru. Stan danych: 6 października 2026. Raport dotyczy cateringu dietetycznego i diet pudełkowych, a nie całego rynku usług gastronomicznych.

Najważniejsze wyniki

Lider ogólny, bodychief.pl, uzyskuje 43,35% widoczności. Kolejne miejsca zajmują wygodnadieta.pl z 38,53% oraz maczfit.pl z 36,33%. Ta trójka odpowiada za 40,34% wszystkich odnotowanych wystąpień monitorowanych marek.

Najwyższy wynik lidera w pojedynczej kategorii to 55,30% dla bodychief.pl w pytaniach o sport, wysokie białko i aktywny tryb życia. Najmniejsza różnica między pierwszym a drugim miejscem występuje przy wyborze menu i obsłudze zamówienia: maczfit.pl i wygodnadieta.pl dzielą 33 wystąpienia, czyli 0,94 punktu procentowego.

Co oznacza procent widoczności?

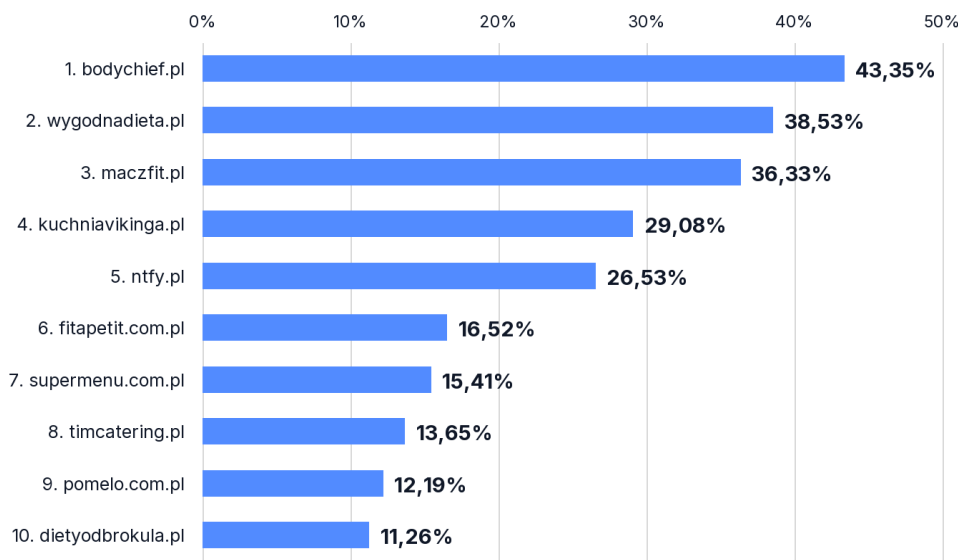
Widoczność to liczba odnotowanych wystąpień marki podzielona przez liczbę odpowiedzi w danym zakresie. Przykładowo 43,35% odpowiada około 43 wystąpieniom na 100 odpowiedzi. Jedna odpowiedź może wymienić kilka marek, dlatego wyniki nie sumują się do 100%. Nie są udziałami w sprzedaży ani oceną jakości posiłków.

Ranking ogólny wszystkich 30 marek

8019 wystąpień daje bodychief.pl pierwsze miejsce. Przewaga nad wygodnadieta.pl wynosi 892 wystąpienia, czyli 4,82 punktu procentowego. Trzeci maczfit.pl traci do drugiego miejsca 407 wystąpień. To różnice opisujące tę konkretną próbę pytań, bez deklarowania ich istotności statystycznej.

Widoczność cateringów w AI

Pierwsze 10 miejsc wśród 30 monitorowanych marek



Źródło: Semly • stan na 06.10.2026 • 53 dni pomiarów

N = 18 497 odpowiedzi. Jedna odpowiedź może wymienić kilka marek.

Pierwszą piątkę uzupełniają kuchniavikinga.pl z 29,08% i ntfy.pl z 26,53%. Kolejny fitapetit.com.pl osiąga 16,52%. Obecność jest zatem nierównomierna, ale sam wynik ogólny nie pokazuje jeszcze, w jakich sytuacjach zakupowych każda marka ma najsilniejszą pozycję.

Łącznie panel odnotował 54 208 wystąpień, średnio 2,93 na odpowiedź. W tabelach i na wykresach wszystkie marki identyfikowane są przez domeny z eksportu. Każda pozycja jest liczona według tej samej formuły, także marka, dla której pierwotnie wygenerowano eksport.

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
1	bodychief.pl	8 019	43,35%
2	wygodnadieta.pl	7 127	38,53%
3	maczfit.pl	6 720	36,33%
4	kuchniavikinga.pl	5 379	29,08%
5	ntfy.pl	4 908	26,53%
6	fitapetit.com.pl	3 055	16,52%
7	supermenu.com.pl	2 851	15,41%

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
8	timcatering.pl	2 525	13,65%
9	pomelo.com.pl	2 254	12,19%
10	dietyodbrokula.pl	2 082	11,26%
11	5pd.pl	2 011	10,87%
12	fitkalorie.pl	1 337	7,23%
13	afterfit-catering.pl	1 170	6,33%
14	gastropaczka.pl	1 111	6,01%
15	bedietcatering.pl	835	4,51%

Dalsze miejsca w rankingu

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
16	kukulahealthyfood.pl	457	2,47%
17	paczkasmaku.pl	426	2,30%
18	torbasmaku.pl	350	1,89%
19	foodify.com	348	1,88%
20	powermeal.pl	337	1,82%
21	dietapirata.com.pl	278	1,50%
22	dietbox.pl	173	0,94%
23	uhrabiego.pl	124	0,67%
24	zdrowaszama.com	112	0,61%
25	republika smakoszy.pl	111	0,60%
26	urbanfits.pl	43	0,23%
27	robinfoodcatering.pl	30	0,16%
28	sytykrol.pl	22	0,12%
29	dietazliscia.pl	8	0,04%
30	kolorowypieprz.pl	5	0,03%

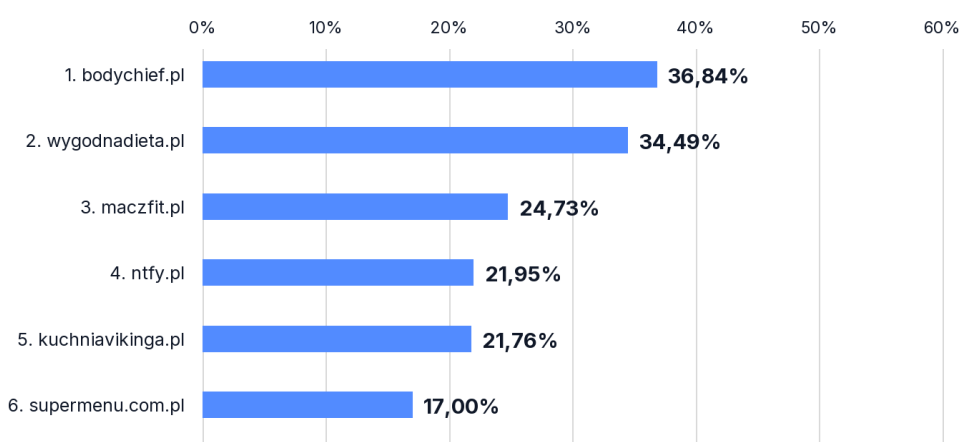
Źródło: Semly. Stan na 06.10.2026. Podstawa: 18 497 odpowiedzi. Remisy ustalono z liczników przed zaokrągleniem.

Diety roślinne i ograniczenia żywieniowe

W tej kategorii prowadzi bodychief.pl z 36,84%, przed wygodnadieta.pl z 34,49%. Różnica wynosi 87 wystąpień. Trzeci maczfit.pl osiąga 24,73%, a ntfy.pl i kuchniavikinga.pl dzieli zaledwie siedem wystąpień: odpowiednio 21,95% i 21,76%.

Diety roślinne i ograniczenia

Sześć marek o najwyższej widoczności w kategorii



Źródło: Semly • stan na 06.10.2026 • 53 dni pomiarów
N = 3700 odpowiedzi • 20 pytań

Nie tylko obecność, ale rodzaj oferty

Kategoria łączy diety roślinne i ograniczenia żywieniowe. To szerszy zakres niż samo menu wegetariańskie. Pytania pokazują potrzebę porównania konkretnych wariantów. Dla komunikacji marki oznacza to konieczność jasnego opisanie, co zawiera dany plan i czym różni się od pozostałych.

„Jaki catering dietetyczny z pełną dietą wegetariańską warto zamówić, jeśli zależy mi na różnorodnym menu?”

Przykładowe pytanie z badania

Z perspektywy GEO warto oddzielać opisy wariantów zamiast sprowadzać je do ogólnego hasła „dieta dla każdego”. Precyzyjne nazwy, skład, zasady wykluczeń i aktualne menu ułatwiają porównanie ofert. Wynik widoczności nie potwierdza przy tym odpowiedniości żadnego cateringu dla osoby z alergią lub określonymi potrzebami zdrowotnymi.

„Szukam cateringu fleksytariańskiego z dużą ilością dań roślinnych i okazjonalnym mięsem lub rybą. Gdzie mogę go zamówić?”

Przykładowe pytanie z badania

Dwa przykłady z zestawu 20 pytań. Ranking uwzględnia wszystkie 3 700 odpowiedzi kategorii, nie tylko cytowane pytania.

Pełny ranking kategorii

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
1	bodychief.pl	1 363	36,84%
2	wygodnadieta.pl	1 276	34,49%
3	maczfit.pl	915	24,73%
4	ntfy.pl	812	21,95%
5	kuchniavikinga.pl	805	21,76%
6	supermenu.com.pl	629	17,00%
7	fitapetit.com.pl	554	14,97%
8	timcatering.pl	498	13,46%
9	pomelo.com.pl	358	9,68%
10	5pd.pl	342	9,24%
11	afterfit-catering.pl	328	8,86%
12	gastropaczka.pl	319	8,62%
13	paczkasmaku.pl	182	4,92%
14	dietyodbrokula.pl	168	4,54%
15	bedietcatering.pl	162	4,38%

Dalsze miejsca w rankingu

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
16	fitkalorie.pl	149	4,03%
17	dietapirata.com.pl	91	2,46%
18	dietbox.pl	49	1,32%
19	torbasmaku.pl	39	1,05%
20	kukulahealthyfood.pl	37	1,00%
21	uhrabiego.pl	34	0,92%
22	foodify.com	30	0,81%
23	powermeal.pl	27	0,73%
24	zdrowaszama.com	26	0,70%
25	republikasmakoszy.pl	12	0,32%
25	robinfoodcatering.pl	12	0,32%
27	urbanfits.pl	4	0,11%
28	dietazliscia.pl	1	0,03%
28	kolorowypieprz.pl	1	0,03%
30	sytykrol.pl	0	0,00%

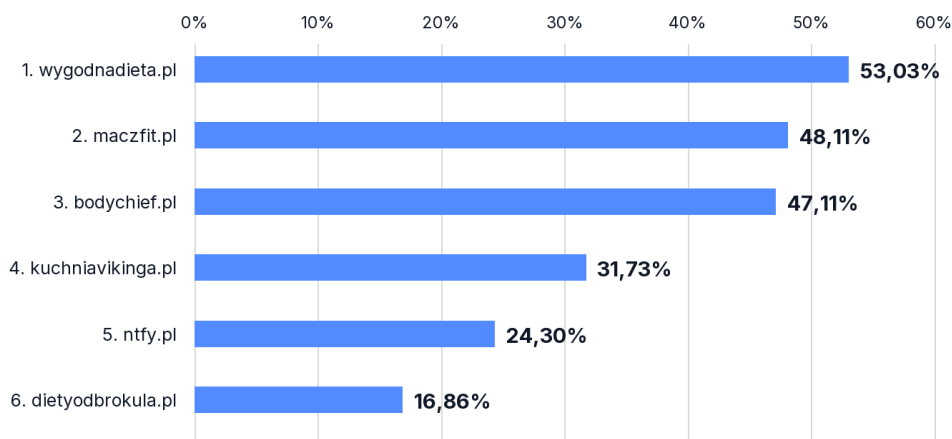
Źródło: Semly. Stan na 06.10.2026. Podstawa: 3 700 odpowiedzi. Remisy ustalono z liczników przed zaokrągleniem.

Redukcja masy ciała i kontrola kalorii

Przy pytaniach o redukcję masy ciała liderem jest wygodnadieta.pl: 1962 wystąpienia i 53,03% widoczności. Dalej są maczfit.pl z 48,11% oraz bodychief.pl z 47,11%. W porównaniu z rankingiem ogólnym zmienia się więc kolejność całej pierwszej trójki.

Redukcja masy ciała i kalorie

Sześć marek o najwyższej widoczności w kategorii



Źródło: Semly • stan na 06.10.2026 • 53 dni pomiarów
N = 3700 odpowiedzi • 20 pytań

Kaloryczność jest częścią decyzji zakupowej

Pytania dotyczą zarówno dostępnych wariantów kalorycznych, jak i wygody regularnego jedzenia. W badaniu liczy się to, które marki AI przywołuje w takim kontekście. Nie oceniano skuteczności diet ani efektów odchudzania klientów.

„Które cateringi pudełkowe oferują dobre diety odchudzające z kilkoma wariantami kalorycznymi? Wskaż, gdzie można je zamówić.”

Przykładowe pytanie z badania

W kategorii odnotowano 12 314 wystąpień wszystkich 30 marek, najwięcej wśród pięciu obszarów badania. Przy 3700 odpowiedziach daje to średnio 3,33 wystąpienia na odpowiedź. Oznacza to częste współwystępowanie konkurentów, nie większy popyt czy wartość tego segmentu rynku. Dla marki użyteczne będą czytelne zestawienia wariantów, liczby posiłków i warunków zamówienia, bez obietnic efektów zdrowotnych.

„Szukam diety pudełkowej, która pomoże mi jeść regularnie i ograniczyć podjadanie. Jaki catering warto wybrać i gdzie go zamówić?”

Przykładowe pytanie z badania

Dwa przykłady z zestawu 20 pytań. Ranking uwzględnia wszystkie 3 700 odpowiedzi kategorii, nie tylko cytowane pytania.

Pełny ranking kategorii

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
1	wygodnadieta.pl	1 962	53,03%
2	maczfit.pl	1 780	48,11%
3	bodychief.pl	1 743	47,11%
4	kuchniavikinga.pl	1 174	31,73%
5	ntfy.pl	899	24,30%
6	dietyodbrokula.pl	624	16,86%
7	timcatering.pl	600	16,22%
8	fitapetit.com.pl	581	15,70%
9	pomelo.com.pl	533	14,41%
10	supermenu.com.pl	517	13,97%
11	5pd.pl	503	13,59%
12	fitkalorie.pl	323	8,73%
13	afterfit-catering.pl	240	6,49%
14	bedietcatering.pl	205	5,54%
15	torbasmaku.pl	117	3,16%

Dalsze miejsca w rankingu

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
16	gastropaczka.pl	113	3,05%
17	dietapirata.com.pl	78	2,11%
18	powermeal.pl	70	1,89%
19	foodify.com	61	1,65%
20	paczkasmaku.pl	60	1,62%
21	dietbox.pl	28	0,76%
22	republika smakoszy.pl	23	0,62%
23	zdrowaszama.com	18	0,49%
24	uhrabiego.pl	17	0,46%
25	urbanfits.pl	15	0,41%
26	kukulahealthyfood.pl	14	0,38%
27	sytykrol.pl	7	0,19%
28	robinfoodcatering.pl	4	0,11%
28	dietazliscia.pl	4	0,11%
30	kolorowypieprz.pl	1	0,03%

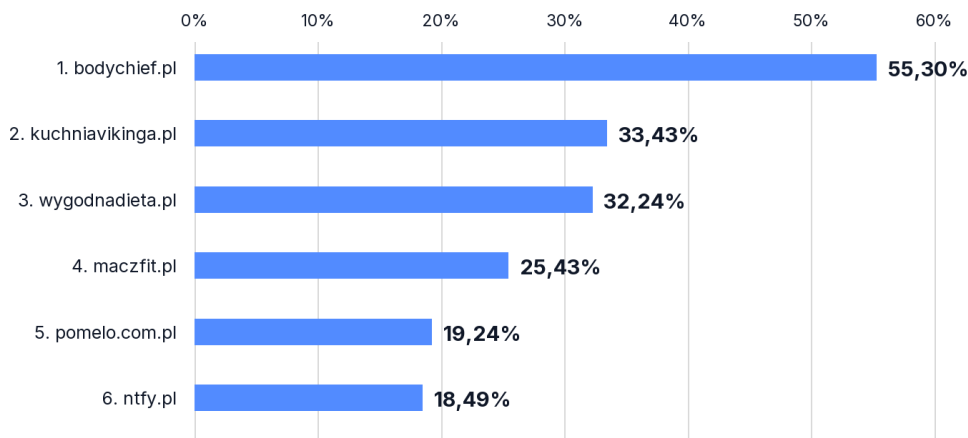
Źródło: Semly. Stan na 06.10.2026. Podstawa: 3 700 odpowiedzi. Remisy ustalono z liczników przed zaokrągleniem.

Sport, wysokie białko i aktywny tryb życia

bodychief.pl uzyskuje tutaj 55,30% widoczności, czyli 2046 wystąpień. Drugie miejsce zajmuje kuchniavikinga.pl z 33,43%, a trzecie wygodnadieta.pl z 32,24%. Przewaga lidera nad drugą marką wynosi 21,86 punktu procentowego, obliczone przed zaokrągleniem.

Sport i wysokie białko

Sześć marek o najwyższej widoczności w kategorii



Źródło: Semly • stan na 06.10.2026 • 53 dni pomiarów

N = 3700 odpowiedzi • 20 pytań

Kategoria ujawnia specjalizacje

pomelo.com.pl awansuje z dziewiątego miejsca ogółem na piąte w kategorii sportowej, z wynikiem 19,24%. Jeszcze wyraźniejszą koncentrację ma kukulahealthyfood.pl: 382 z 457 wszystkich wystąpień tej marki przypadają na tę kategorię. To 83,59% jej obecności w panelu, ale 10,32% widoczności w samej kategorii. Te dwa procenty mają inne mianowniki.

„Jaki catering dietetyczny z dietą sportową warto zamówić dla osoby regularnie trenującej siłowo?”

Przykładowe pytanie z badania

Takie różnice są argumentem za oceną marki w kontekście jej oferty. Treści o planach sportowych powinny umożliwiać sprawdzenie konkretnych parametrów, wariantów i przykładowych posiłków. Wysoka obecność w odpowiedziach nie pozwala natomiast wnioskować o jakości diety ani jej wpływie na wyniki treningowe.

„Szukam cateringu na budowanie masy mięśniowej z wyższą kalorycznością i dużymi porcjami. Jakie marki warto sprawdzić?”

Przykładowe pytanie z badania

Dwa przykłady z zestawu 20 pytań. Ranking uwzględnia wszystkie 3 700 odpowiedzi kategorii, nie tylko cytowane pytania.

Pełny ranking kategorii

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
1	bodychief.pl	2 046	55,30%
2	kuchniavikinga.pl	1 237	33,43%
3	wygodnadieta.pl	1 193	32,24%
4	maczfit.pl	941	25,43%
5	pomelo.com.pl	712	19,24%
6	ntfy.pl	684	18,49%
7	supermenu.com.pl	585	15,81%
8	fitapetit.com.pl	546	14,76%
9	timcatering.pl	468	12,65%
10	5pd.pl	393	10,62%
11	kukulahealthyfood.pl	382	10,32%
12	dietyodbrokula.pl	274	7,41%
13	fitkalorie.pl	219	5,92%
14	gastropaczka.pl	144	3,89%
15	bedietcatering.pl	125	3,38%

Dalsze miejsca w rankingu

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
16	afterfit-catering.pl	116	3,14%
17	torbasmaku.pl	100	2,70%
18	paczkasmaku.pl	72	1,95%
18	dietapirata.com.pl	72	1,95%
20	powermeal.pl	68	1,84%
21	dietbox.pl	15	0,41%
22	republika smakoszy.pl	8	0,22%
23	uhrabiego.pl	4	0,11%
23	urbanfits.pl	4	0,11%
25	foodify.com	3	0,08%
25	zdrowaszama.com	3	0,08%
25	sytykrol.pl	3	0,08%
28	robinfoodcatering.pl	0	0,00%
28	dietazliscia.pl	0	0,00%
28	kolorowypieprz.pl	0	0,00%

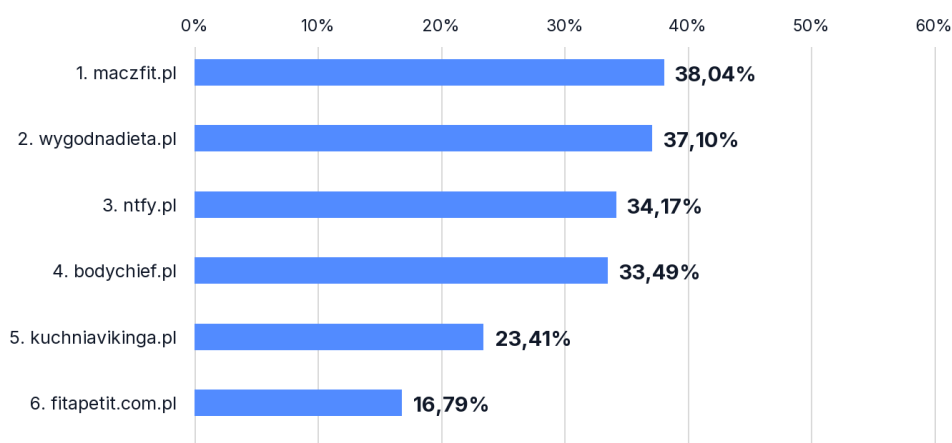
Źródło: Semly. Stan na 06.10.2026. Podstawa: 3 700 odpowiedzi. Remisy ustalono z liczników przed zaokrągleniem.

Wybór menu, jakość i obsługa zamówienia

maczfit.pl prowadzi z 1337 wystąpieniami i widocznością 38,04%. wygodnadieta.pl ma 1304 wystąpienia i 37,10%, a ntfy.pl 1201 wystąpień i 34,17%. Dopiero czwarte miejsce zajmuje lider całego badania, bodychief.pl, z 33,49%.

Wybór menu i obsługa

Sześć marek o najwyższej widoczności w kategorii



Źródło: Semly • stan na 06.10.2026 • 53 dni pomiarów

N = 3515 odpowiedzi • 19 pytań

Decyzję może rozstrzygnąć sposób zamawiania

Pytania w tej części dotyczą wyboru posiłków, jakości i obsługi zamówienia. Porównanie nie kończy się na nazwie diety. Ważne są również możliwość przetestowania oferty, elastyczność zakupu i samodzielny wybór menu. To osobny obszar treści, często rozproszony między regulaminem, formularzem zamówienia i sekcją pomocy.

„Jaki catering dietetyczny z wyborem menu warto zamówić, jeśli chcę codziennie samodzielnie wybierać wszystkie posiłki?”

Przykładowe pytanie z badania

Ta kategoria obejmuje 19 pytań i 3515 odpowiedzi. Pozostałe mają po 20 pytań i 3700 odpowiedzi, dlatego do porównań należy używać procentów, a nie samych liczników. Dodatkowo, nieprzypisanego pytania o zestaw próbny nie dołączono ręcznie do kategorii, mimo podobieństwa tematycznego. Pozostaje wyłącznie w wyniku ogólnym.

„Szukam cateringu z dniem próbnym i bez konieczności kupowania długiego pakietu. Jakiej marki warto sprawdzić?”

Przykładowe pytanie z badania

Dwa przykłady z zestawu 19 pytań. Ranking uwzględnia wszystkie 3 515 odpowiedzi kategorii, nie tylko cytowane pytania.

Pełny ranking kategorii

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
1	maczfit.pl	1 337	38,04%
2	wygodnadieta.pl	1 304	37,10%
3	ntfy.pl	1 201	34,17%
4	bodychief.pl	1 177	33,49%
5	kuchniavikinga.pl	823	23,41%
6	fitapetit.com.pl	590	16,79%
7	supermenu.com.pl	482	13,71%
8	dietyodbrokula.pl	432	12,29%
9	timcatering.pl	414	11,78%
10	pomelo.com.pl	370	10,53%
11	fitkalorie.pl	342	9,73%
12	5pd.pl	322	9,16%
13	gastropaczka.pl	245	6,97%
14	afterfit-catering.pl	204	5,80%
15	bedietcatering.pl	175	4,98%

Dalsze miejsca w rankingu

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
16	foodify.com	105	2,99%
17	torbasmaku.pl	49	1,39%
18	dietbox.pl	47	1,34%
19	powermeal.pl	39	1,11%
20	zdrowaszama.com	25	0,71%
21	uhrabiego.pl	23	0,65%
21	republika smakoszy.pl	23	0,65%
23	paczkasmaku.pl	22	0,63%
24	dietapirata.com.pl	20	0,57%
25	kukulahealthyfood.pl	15	0,43%
26	urbanfits.pl	4	0,11%
27	dietazliscia.pl	3	0,09%
28	robinfoodcatering.pl	2	0,06%
28	sytykrol.pl	2	0,06%
28	kolorowypieprz.pl	2	0,06%

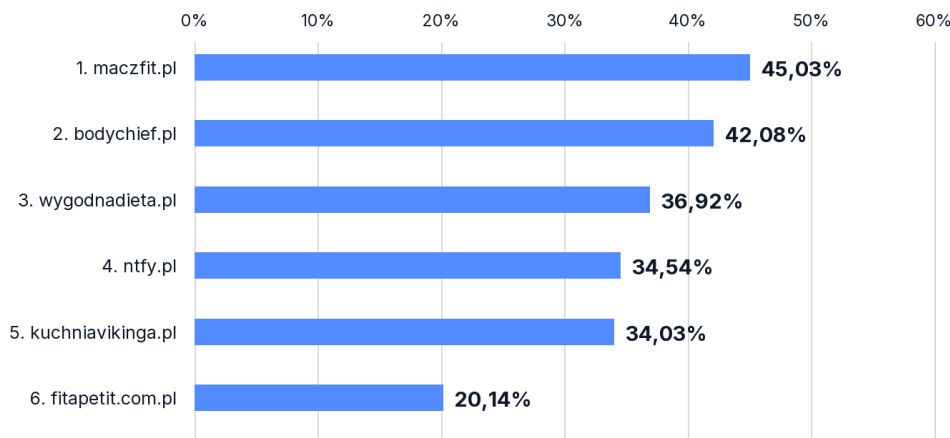
Źródło: Semly. Stan na 06.10.2026. Podstawa: 3 515 odpowiedzi. Remisy ustalono z liczników przed zaokrągleniem.

Zdrowe odżywianie i codzienna wygoda

Przy pytaniach o codzienną wygodę prowadzi maczfit.pl z 45,03%. bodychief.pl uzyskuje 42,08%, a wygodnadieta.pl 36,92%. ntfy.pl osiąga 34,54%, nieznacznie wyprzedzając kuchniavikinga.pl z 34,03%. Różnica między tymi dwiema markami wynosi 19 wystąpień.

Codziennie odżywianie i wygoda

Sześć marek o najwyższej widoczności w kategorii



Źródło: Semly • stan na 06.10.2026 • 53 dni pomiarów

N = 3700 odpowiedzi • 20 pytań

Oferta w kontekście zwykłego dnia

Pytania w tej kategorii nie wymagają szczególnego celu dietetycznego. Dotyczą przede wszystkim organizacji dnia i ograniczenia czasu poświęcanego na gotowanie. Marka powinna więc jasno wyjaśniać, jak wygląda korzystanie z usługi: od wyboru liczby posiłków po dostawę i zmianę zamówienia.

„Jaki catering dietetyczny warto zamówić, jeśli chcę po prostu jeść zdrowiej i nie mam czasu na codzienne gotowanie?”

Przykładowe pytanie z badania

To druga kategoria wygrana przez maczfit.pl. Łącznie liderami pięciu obszarów są trzy domeny: bodychief.pl, wygodnadieta.pl i maczfit.pl. Pokazuje to, dlaczego ogólna pozycja powinna być początkiem analizy, a nie jedynym celem działań GEO.

„Jaki catering dietetyczny najlepiej sprawdzi się dla osoby pracującej w biurze i potrzebującej gotowych posiłków na cały dzień?”

Przykładowe pytanie z badania

Dwa przykłady z zestawu 20 pytań. Ranking uwzględnia wszystkie 3 700 odpowiedzi kategorii, nie tylko cytowane pytania.

Pełny ranking kategorii

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
1	maczfit.pl	1 666	45,03%
2	bodychief.pl	1 557	42,08%
3	wygodnadieta.pl	1 366	36,92%
4	ntfy.pl	1 278	34,54%
5	kuchniavikinga.pl	1 259	34,03%
6	fitapetit.com.pl	745	20,14%
7	supermenu.com.pl	632	17,08%
8	dietyodbrokula.pl	560	15,14%
9	timcatering.pl	518	14,00%
10	5pd.pl	439	11,86%
11	gastropaczka.pl	286	7,73%
12	pomelo.com.pl	279	7,54%
13	afterfit-catering.pl	276	7,46%
14	fitkalorie.pl	228	6,16%
15	bedietcatering.pl	166	4,49%

Dalsze miejsca w rankingu

Poz.	Domena marki	Wystąpienia	Widoczność
16	foodify.com	149	4,03%
17	powermeal.pl	133	3,59%
18	paczkasmaku.pl	89	2,41%
19	uhrabiego.pl	46	1,24%
20	torbasmaku.pl	45	1,22%
21	republika smakoszy.pl	44	1,19%
22	zdrowaszama.com	40	1,08%
23	dietbox.pl	31	0,84%
24	dietapirata.com.pl	17	0,46%
25	urbanfits.pl	16	0,43%
26	robinfoodcatering.pl	12	0,32%
27	sytykrol.pl	10	0,27%
28	kukulahealthyfood.pl	9	0,24%
29	kolorowypieprz.pl	1	0,03%
30	dietazliscia.pl	0	0,00%

Źródło: Semly. Stan na 06.10.2026. Podstawa: 3 700 odpowiedzi. Remisy ustalono z liczników przed zaokrągleniem.

Jak zmienia się widoczność między kategoriami?

Poniższa mapa pozwala porównać wszystkie 30 domen w pięciu kontekstach zakupowych. Wiersze pozostają w kolejności rankingu ogólnego. Wyniki kategorii mają własne mianowniki, dlatego nie należy ich dodawać ani uśredniać bez uwzględnienia liczby odpowiedzi.

K1: diety roślinne i ograniczenia żywieniowe. K2: redukcja masy ciała i kontrola kalorii. K3: sport, wysokie białko i aktywny tryb życia. K4: wybór menu, jakość i obsługa zamówienia. K5: zdrowe odżywianie i codzienna wygoda.

Poz.	Domena	K1	K2	K3	K4	K5
1	bodychief.pl	36,84%	47,11%	55,30%	33,49%	42,08%
2	wygodnadieta.pl	34,49%	53,03%	32,24%	37,10%	36,92%
3	maczfit.pl	24,73%	48,11%	25,43%	38,04%	45,03%
4	kuchniavikinga.pl	21,76%	31,73%	33,43%	23,41%	34,03%
5	ntfy.pl	21,95%	24,30%	18,49%	34,17%	34,54%
6	fitapetit.com.pl	14,97%	15,70%	14,76%	16,79%	20,14%
7	supermenu.com.pl	17,00%	13,97%	15,81%	13,71%	17,08%
8	timcatering.pl	13,46%	16,22%	12,65%	11,78%	14,00%
9	pomelo.com.pl	9,68%	14,41%	19,24%	10,53%	7,54%
10	dietyodbrokula.pl	4,54%	16,86%	7,41%	12,29%	15,14%
11	5pd.pl	9,24%	13,59%	10,62%	9,16%	11,86%
12	fitkalorie.pl	4,03%	8,73%	5,92%	9,73%	6,16%
13	afterfit-catering.pl	8,86%	6,49%	3,14%	5,80%	7,46%
14	gastropaczka.pl	8,62%	3,05%	3,89%	6,97%	7,73%
15	bedietcatering.pl	4,38%	5,54%	3,38%	4,98%	4,49%
Poz.	Domena	K1	K2	K3	K4	K5
16	kukulahealthyfood.pl	1,00%	0,38%	10,32%	0,43%	0,24%
17	paczkasmaku.pl	4,92%	1,62%	1,95%	0,63%	2,41%
18	torbasmaku.pl	1,05%	3,16%	2,70%	1,39%	1,22%
19	foodify.com	0,81%	1,65%	0,08%	2,99%	4,03%
20	powermeal.pl	0,73%	1,89%	1,84%	1,11%	3,59%
21	dietapirata.com.pl	2,46%	2,11%	1,95%	0,57%	0,46%
22	dietbox.pl	1,32%	0,76%	0,41%	1,34%	0,84%
23	uhrabiego.pl	0,92%	0,46%	0,11%	0,65%	1,24%
24	zdrowaszama.com	0,70%	0,49%	0,08%	0,71%	1,08%
25	republikasmakoszy.pl	0,32%	0,62%	0,22%	0,65%	1,19%
26	urbanfits.pl	0,11%	0,41%	0,11%	0,11%	0,43%
27	robinfoodcatering.pl	0,32%	0,11%	0,00%	0,06%	0,32%
28	sytykrol.pl	0,00%	0,19%	0,08%	0,06%	0,27%
29	dietazliscia.pl	0,03%	0,11%	0,00%	0,09%	0,00%
30	kolorowypieprz.pl	0,03%	0,03%	0,00%	0,06%	0,03%

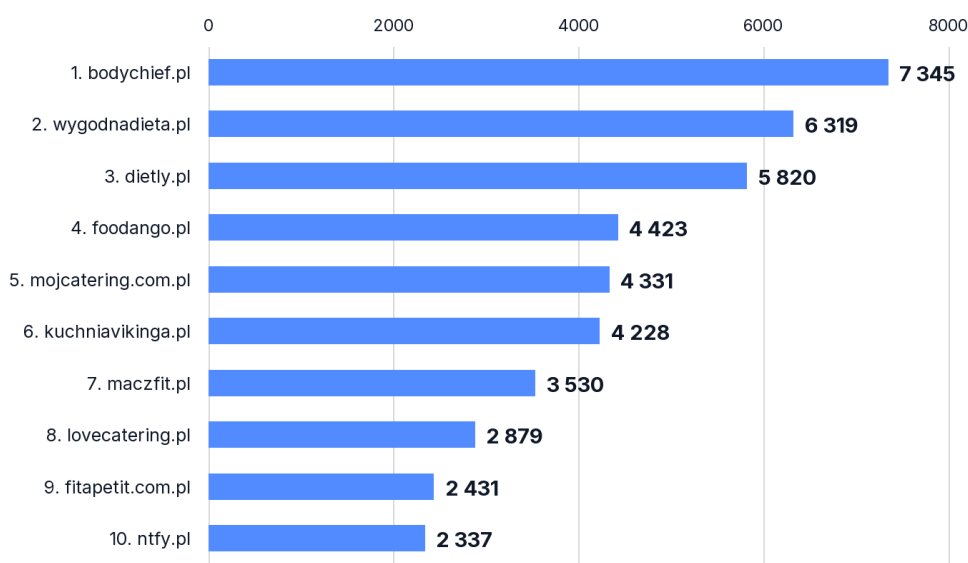
Największa obecność w jednej kategorii nie oznacza dominacji w pozostałych. bodychief.pl ma 55,30% w sporcie i 33,49% przy wyborze menu. maczfit.pl osiąga 48,11% w redukcji masy ciała, choć liderem jest tam inna marka. Warto więc jednocześnie sprawdzać wynik bezwzględny i miejsce na tle konkurentów.

Jakie domeny występują w źródłach odpowiedzi?

W zestawieniu źródeł pierwsze miejsca zajmują bodychief.pl z 7345 wystąpieniami, wygodnadieta.pl z 6319 oraz dietly.pl z 5820. Dalej znajdują się foodango.pl z 4423 i mojcatering.com.pl z 4331. To szerszy zbiór domen niż panel 30 monitorowanych marek.

Domeny źródłowe odpowiedzi AI

Pierwsze 10 domen według liczby wystąpień w źródłach



Źródło: Semly • stan na 06.10.2026 • 53 dni pomiarów

Miara źródeł odpowiedzi; nie jest wynikiem rankingu marek.

Poz.	Domena źródłowa	Wystąpienia
1	bodychief.pl	7 345
2	wygodnadieta.pl	6 319
3	dietly.pl	5 820
4	foodango.pl	4 423
5	mojcatering.com.pl	4 331
6	kuchniavikinga.pl	4 228
7	maczfit.pl	3 530
8	lovecatering.pl	2 879
9	fitapetit.com.pl	2 431
10	ntfy.pl	2 337

Zestawienie źródeł korzysta z pola mentions eksportu. Nie jest tym samym co liczba wystąpień marki w rankingu. Nie mierzy też ruchu, sprzedaży ani jakości informacji. Przykładowo maczfit.pl zajmuje trzecie miejsce w rankingu marek, lecz siódme w pokazanym zestawieniu źródeł. Obie miary odpowiadają na inne pytania.

Pierwsze trzy źródła dla każdej kategorii

Diety roślinne i ograniczenia żywieniowe

Poz.	Domena źródłowa	Wystąpienia
1	bodychief.pl	1 256
2	wygodnadieta.pl	1 154
3	mojcatering.com.pl	942

Redukcja masy ciała i kontrola kalorii

Poz.	Domena źródłowa	Wystąpienia
1	wygodnadieta.pl	1 763
2	bodychief.pl	1 568
3	dietly.pl	1 405

Sport, wysokie białko i aktywny tryb życia

Poz.	Domena źródłowa	Wystąpienia
1	bodychief.pl	1 904
2	mojcatering.com.pl	1 497
3	wygodnadieta.pl	1 120

Wybór menu, jakość i obsługa zamówienia

Poz.	Domena źródłowa	Wystąpienia
1	wygodnadieta.pl	1 092
2	dietly.pl	1 078
3	bodychief.pl	1 062

Zdrowe odżywianie i codzienna wygoda

Poz.	Domena źródłowa	Wystąpienia
1	dietly.pl	1 462
2	bodychief.pl	1 428
3	wygodnadieta.pl	1 169

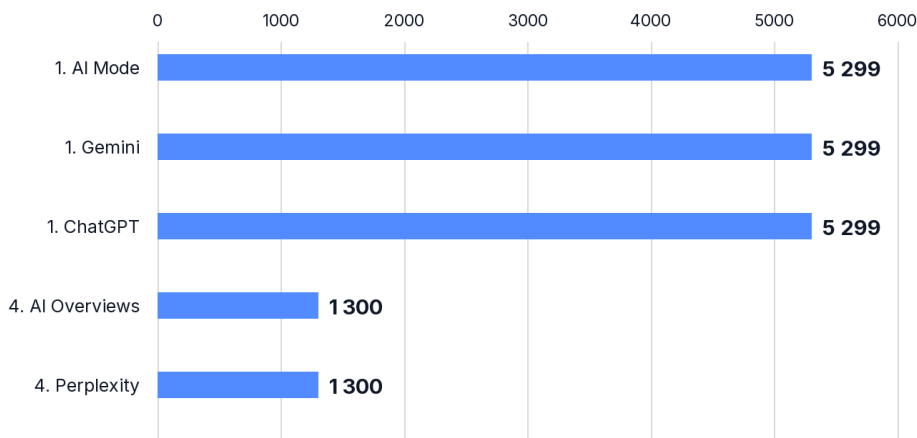
Praktyczny krok po takim porównaniu to sprawdzenie konkretnych przywoływanych stron i opisów oferty. Sam licznik domeny nie pozwala wskazać, która publikacja spowodowała pojawienie się marki ani ile zamówień z tego wynikało.

Pięć systemów AI i różna liczba odpowiedzi

Badanie obejmuje AI Mode, AI Overviews, ChatGPT, Gemini i Perplexity. Nie mają jednak identycznej liczebności próby. AI Mode, ChatGPT i Gemini dostarczyły po 5299 odpowiedzi, a AI Overviews i Perplexity po 1300. Wynik ogólny należy czytać z uwzględnieniem tej struktury.

Różna liczebność próby w systemach

Liczba odpowiedzi uwzględnionych w eksporcie



Źródło: Semly • stan na 06.10.2026 • 53 dni pomiarów

Łącznie 18 497 odpowiedzi. Wykres nie porównuje widoczności marek.

Lp.	System AI	Liczba odpowiedzi	Udział w próbie
1	AI Mode	5 299	28,65%
2	AI Overviews	1 300	7,03%
3	Gemini	5 299	28,65%
4	Perplexity	1 300	7,03%
5	ChatGPT	5 299	28,65%

Ważenie każdego systemu po równo dałoby inną konstrukcję wskaźnika. Raport stosuje rzeczywistą liczbę odpowiedzi z eksportu. Nie przedstawia porównania widoczności wszystkich marek między systemami, ponieważ pole modelVisibility opisuje markę główną eksportu, a nie kompletną macierz 30 marek. Z tego samego powodu nie tworzono branżowego rankingu sentymentu.

Co wyniki oznaczają dla działań GEO?

Wnioski operacyjne poniżej są interpretacją Semly. Badanie pokazuje obecność marek w odpowiedziach, ale nie testuje skuteczności konkretnych zmian na stronach internetowych.

Porównywać markę w sytuacjach zakupowych

Raport warto rozłożyć na obszary zgodne z ofertą firmy. Dla cateringu stawiającego na sport punkt odniesienia będzie inny niż dla usługi budowanej wokół wyboru menu. Wynik ogólny i wyniki kategorii powinny być analizowane razem.

Ułatwić porównanie konkretnych wariantów

Nazwy planów, kaloryczność, liczba posiłków, skład i zasady zamówienia powinny być spójne na stronie. Zamiast powtarzać ogólne określenia jakości, warto udostępnić informacje, dzięki którym odbiorca może sam porównać oferty.

Opisać obsługę równie dokładnie jak dietę

Pytania o dzień próbny i wybór posiłków pokazują, że część decyzji dotyczy sposobu korzystania z usługi. Aktualne odpowiedzi o dostawie, zmianach menu i zamówieniu próbnym powinny być łatwe do znalezienia.

Weryfikować obecność w zewnętrznych źródłach

Zestawienie domen może wskazać miejsca do audytu informacji o marce. Należy sprawdzić konkretne podstrony i aktualność opisów. Sama obecność domeny w raporcie nie jest uzasadnieniem zakupu publikacji.

Powtarzać pomiar przy kontrolowanym zakresie

Porównanie kolejnych edycji wymaga zachowania pytań, reguł rozpoznawania marek i kontroli liczby odpowiedzi w każdym systemie. Zmiana składu próby może wpływać na wynik, nawet gdy komunikacja marki się nie zmieniła.

Metodologia i ograniczenia badania

Zakres pomiaru

Źródło: eksport Semly semly-llm-export-2026-10-06-2.json. Stan na 6 października 2026. Szereg czasowy zawiera 53 daty pomiaru. Zbiór obejmuje 100 pytań po polsku, 30 monitorowanych marek i 18 497 odpowiedzi. Nie oznacza to pełnego pokrycia wszystkich pytań we wszystkich pięciu systemach każdego dnia. Teoretyczny iloczyn $100 \times 5 \times 53$ wynosi 26 500, a w raporcie wykorzystano faktyczne 18 497 odpowiedzi.

Jedno pytanie poza kategoriami

Do pięciu kategorii przypisano 99 pytań i 18 315 odpowiedzi. Jedno pytanie o próbny zestaw na tydzień nie ma przypisanej kategorii i odpowiada różnicy 182 odpowiedzi. Uwzględnia je ranking ogólny. Nie dopisano go do kategorii na podstawie interpretacji jego treści, aby zachować zakresy z eksportu.

Zakres	Pytania	Odpowiedzi
Diety roślinne i ograniczenia żywieniowe	20	3 700
Redukcja masy ciała i kontrola kalorii	20	3 700
Sport, wysokie białko i aktywny tryb życia	20	3 700
Wybór menu, jakość i obsługa zamówienia	19	3 515
Zdrowe odżywianie i codzienna wygoda	20	3 700
Bez przypisanej kategorii	1	182
Łącznie	100	18 497

Wspólny sposób liczenia marek

Widoczność = liczba wystąpień marki / liczba odpowiedzi w danym zakresie $\times 100\%$. Dla 29 konkurentów użyto zagregowanych liczników mentionCount. Dla kuchniavikinga.pl zsumowano mentionsCount ze statystyk pytań: 5379 wystąpień ogółem. Nazwanie marki głównej jest wyłącznie wyjaśnieniem technicznym sposobu odczytania danych. Wszystkie 30 marek podlega tej samej formule i kolejności sortowania.

5379 / 18 497 daje 29,08%, podczas gdy podsumowanie eksportu pokazuje 29,09%. W kategorii wyboru menu 823 / 3515 daje 23,41%, wobec 23,44% w podsumowaniu. Raport stosuje konsekwentnie procenty przeliczone z liczników, zamiast łączyć różne sposoby agregacji.

Łączna liczba wystąpień wynosi 54 208. Suma pięciu kategorii to 53 650, a różnica wynosi 558. Dla każdej marki sprawdzono różnicę między licznikiem ogólnym a sumą kategorii; żadna nie jest ujemna. Dla marki głównej różnica 81 odpowiada licznikowi nieprzypisanego

pytania. Nie należy wymagać, aby pięć kategorii odtwarzało cały ranking, skoro nie obejmują wszystkich pytań.

Kolejność i zaokrąglenia

Rankingi uporządkowano według liczby wystąpień przed zaokrągleniem. Remisy mają wspólne miejsce; następna pozycja uwzględnia wszystkie poprzedzające ją marki. Procenty zaokrąglono do dwóch miejsc. Różnice w punktach procentowych policzono z wartości niezaokrąglonych. Zero oznacza brak odnotowanego wystąpienia w tej próbie, a nie brak obecności marki w całym internecie.

Granice interpretacji

Panel 30 marek nie jest pełnym spisem rynku ani reprezentatywnym badaniem preferencji konsumentów. Dobór pytań, marek i systemów wpływa na wynik. Widoczność nie potwierdza jakości usługi, efektów dietetycznych, pozytywnego sentymentu ani intencji zakupu. Nie wyznaczono przedziałów ufności ani istotności statystycznej różnic.

Po dwa pytania w każdej kategorii podano wyłącznie jako ilustrację kontekstu. Wyniki obejmują wszystkie pytania danego zakresu. Raport nie przypisuje wyniku kategorii pojedynczemu cytatorowi i nie tworzy niepełnego rankingu wszystkich marek dla każdego promptu.

Opracowanie merytoryczne

Dariusz Januszkiewicz, CAIO Semly.ai

Przedsiębiorca i analityk z 20-letnim doświadczeniem w e-commerce, założyciel i CEO projektów RedCart.pl oraz Droplo.com. Jako CAIO w Semly.ai odpowiada za zarządzanie produktem i rozwój ekosystemu. Tworzy narzędzia AI, łącząc analizę danych z doświadczeniem w budowaniu rozwiązań dla handlu internetowego.

[Profil autora na LinkedIn](#)

Wydawca: Semly. Obliczenia i interpretacja: Semly. Dane: eksport z 6 października 2026.