

Polacy zamawiają lato: owoce, kostki lodu i mrożone desery wśród kategorii z najwyższymi wzrostami na Wolt

Cieplejsze dni szybko znajdują odzwierciedlenie w koszykach zakupowych Polaków. Z danych Wolt wynika, że już na początku sezonu użytkownicy częściej zamawiali produkty kojarzone z lekkością, świeżością i orzeźwieniem: wiśnie, brzoskwinie, nektarynki, kostki lodu oraz lody i mrożone desery. To kierunek spójny z zaleceniami żywieniowymi na cieplejsze miesiące, w których eksperci podkreślają znaczenie odpowiedniego nawodnienia, sezonowych owoców i warzyw oraz lekkostrawnych posiłków.

Letni koszyk w danych

W analizie Wolt obejmującej maj i czerwiec najmocniej zyskały wiśnie, których zamówienia wzrosły o 150%. Wśród kategorii o najwyższej dynamice znalazły się także groszek i fasola z wynikiem 117%, brzoskwinie, które odnotowały wzrost o 97%, kostki lodu z wynikiem 84%, nektarynki na poziomie 79% oraz lody - lody na patyku i mrożone desery, również ze wzrostem o 79%.

"„Dane zakupowe bardzo wyraźnie pokazują, jak sezonowość wpływa na codzienne wybory konsumentów. W cieplejszych miesiącach użytkownicy częściej sięgają po produkty kojarzone ze świeżością, lekkością i szybkim przygotowaniem — od owoców sezonowych po składniki, które pomagają w prosty sposób skomponować letni posiłek, deser czy napój. Zakupy spożywcze online stają się więc ciekawym odzwierciedleniem nie tylko indywidualnych preferencji, ale też rytmu sezonu i zmieniających się codziennych potrzeb "

mówi Sasha Vislaus, Communication Lead w Wolt Polska.

Sezonowość i zalecenia

Ten trend dobrze wpisuje się w letnie rekomendacje żywieniowe. Serwis Ministerstwa Zdrowia i Narodowego Funduszu Zdrowia „Kuchnia latem” wskazuje, że w czasie upałów organizm potrzebuje produktów lekkostrawnych, orzeźwiających i bogatych w składniki odżywcze, które wspierają utrzymanie odpowiedniego poziomu nawodnienia i energii. Wśród szczególnie polecanych produktów wymieniane są sezonowe owoce i warzywa, w tym m.in. owoce pestkowe, warzywa o wysokiej zawartości wody, jogurty, lekkie zupy, sałatki, koktajle i smoothie.

Lżej i prościej

Eksperti zwracają jednocześnie uwagę, że podczas upałów samo picie wody może nie zawsze wystarczyć do utrzymania komfortu organizmu, szczególnie przy dużej utracie płynów i elektrolitów. W letniej diecie warto więc uwzględniać także produkty, które naturalnie wspierają nawodnienie, m.in. soczyste owoce, warzywa, kefiry, jogurty oraz lekkie dania oparte na sezonowych składnikach. Jednocześnie zaleca się ograniczanie potraw ciężkostrawnych, smażonych, bardzo słonych i wysoko przetworzonych, które w wysokich temperaturach mogą dodatkowo obciążać organizm.

Dane Wolt pokazują, że konsumenci intuicyjnie podążają za tym kierunkiem. W letnich zamówieniach rośnie znaczenie produktów prostych, sezonowych i łatwych do wykorzystania od razu po dostawie. To nie tylko lody czy kostki lodu, ale też owoce, warzywa i składniki, które pozwalają szybko przygotować chłodny napój, deser, sałatkę albo lekki posiłek bez długiego planowania.

Rosnące zainteresowanie produktami sezonowymi pokazuje także, że zakupy spożywcze online coraz częściej pełnią rolę szybkiego uzupełnienia codziennych potrzeb. Użytkownicy nie zamawiają wyłącznie pełnych koszyków zakupowych, ale też konkretne produkty potrzebne tu i teraz — do przygotowania posiłku, napoju, deseru albo spontanicznego spotkania.

Źródła:

- Serwis Ministerstwa Zdrowia i Narodowego Funduszu Zdrowia, „Kuchnia latem”

- Diagnostyka, „Dieta na lato – jakie produkty najlepiej spożywać latem?”, Redakcja Diagnostyki, 7 kwietnia 2026

O Wolt

Wolt jest firmą technologiczną, która umożliwia użytkownikom łatwe zamówienie i szybką dostawę jedzenia z ulubionej restauracji oraz zakupów – do domu lub biura. Firma współpracuje z restauracjami oraz partnerami detalicznymi i kurierskimi w 27 krajach, w ponad 500 miastach. Firma z siedzibą w Helsinkach została założona w 2014 roku. Obecnie zatrudnia ponad 11 000 osób i jest kierowana przez współzałożyciela i CEO Miki Kuusi.

W 2022 roku Wolt i amerykańska spółka Door Dash podjęły decyzję o fuzji. Wolt kontynuuje swoje operacje pod niezmienioną nazwą we wszystkich lokalizacjach, w których firma działała do tej pory.

O Wolt

Wolt jest firmą technologiczną, która umożliwia użytkownikom łatwe zamówienie i szybką dostawę jedzenia z ulubionej restauracji oraz zakupów – do domu lub biura. Firma współpracuje z restauracjami oraz partnerami detalicznymi i kurierskimi w 27 krajach, w ponad 500 miastach. Firma z siedzibą w Helsinkach została założona w 2014 roku. Obecnie zatrudnia ponad 11 000 osób i jest kierowana przez współzałożyciela i CEO Miki Kuusi.

W 2022 roku Wolt i amerykańska spółka Door Dash podjęły decyzję o fuzji. Wolt kontynuuje swoje operacje pod niezmienioną nazwą we wszystkich lokalizacjach, w których firma działała do tej pory.

Kontakt

Sasha Vislaus

Communication Lead Poland

sasha.vislaus@wolt.com

Kopiuj link

<https://press.wolt.com/pl-PL/268034-polacy-zamawiaja-lato-owoce-kostki-lodu-i-mrozone-desery-wsrod-kategorii-z-najwyzszymi-wzrostami-na-wolt/>