

19.02.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z kielbasą wieprzową, chleb, masło, herbata D01, D02, D11, D12	G G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Zakwas barszczu białego/ Mąka pszenna	35g/ 28g	G/ G
		Mleko 2%/ Jogurt naturalny 2%	28g/ 6g	M/ M
		Kielbasa wieprzowa	50g	SOJ
Twarożek, roszponka, chleb, masło, herbata D03, D05	G	Twaróg biały	70g	M
		Jogurt naturalny	8g	M
		Roszpinka świeża	10g	-
II ŚNIADANIE Jogurt owocowy pitny D01, D02, D05, D11, D12	BO	Jogurt owocowy pitny	250ml	M
		Jogurt naturalny pitny	330ml	M
OBIAD Zupa kalafiorowa z ziemniakami D01, D02, D03, D11, D12	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew świeża	15g	-
		Pietruszka korzeń/ Por świeży	7g/ 3g	-/ -
Zupa jarzynowa z ziemniakami D05	G	Seler korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	4g	M
Gulasz drobiowy z jarzynami w sosie własnym D01, D02, D03, D05, D11, D12	D	Mleko 2%	10g	M
		Olej rzepakowy	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Ziemniaki	130g	-
Kasza bulgur D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kalafior mrożony	75g	-
		Filet z mięsa drobiowego	100g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Surówka z kapusty czerwonej z olejem- D01, D02, D03	BO	Kasza bulgur	70g	G
		Marchew kostka mrożona	100g	-
Marchew na ciepło D05, D11, D12	G	Kapusta czerwona świeża	70g	-
		Marchew świeża	20g	-
		Jabłko świeże	20g	-
Kompot owocowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Cebula, świeża	2g	-
		Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
KOLACJA Galareta drobiowa, chleb, masło, bawarka D01, D02, D03	G G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Udko drobiowe	38g	-
		Filet drobiowy	20g	-
		Pietruszka korzeń	5g	-
		Seler korzeń	4g	SEL
		Marchew świeża	10g	-
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G G	Natka pietruszki	1g	-
		Włoszczyzna mrożona	30g	SEL
		Groszek konserwowy	5g	-
		Żelatyna	5g	-
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
Ryż brązowy	30g	-		
Herbata	230ml/ 130ml	-		

Założenia wartości odżywczej dla diety podstawowej:

E=2000kcal/W=275g/T=55,56g/B=100g/Kw.Tl.Nasy.=</=22g/Cukry=</=50g/S=</=2000mg/Bł.=>/=25g

Sporządził:

Zatwierdził:

19.02.2026r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

BO- Bez obróbki cieplnej

PI- Pieczenie

S- Smażenie

GO- Gotowanie

PA- Parowanie

D- Duszenie

GR- Grillowanie

Oznaczenia alergenów:

G- Zboża zawierające gluten

M- Mleko i pochodne wraz z laktozą

J- Jaja i pochodne

R- Ryby i pochodne

O- Orzechy: włoskie, laskowe, ziemne, pekan, nerkowce, pistacje, migdały

SEL- Seler i pochodne

GOR- Gorczyca i produkty pochodne

SOJ- Soja i pochodne

SEZ- Nasiona sezamu i pochodne

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

E- Wartość energetyczna

B- Białko ogółem

T- Tłuszcz ogółem

Kw. Tł. Nasy.- Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem

W- Węglowodany ogółem

Cukry- w tym cukry

Bł.- Błonnik pokarmowy

S- Sód

Jadłospis może ulec zmianie ze względu na brak składnika potrawy.

Dokładny bilans wartości odżywczej jest przeprowadzany w danym dniu.

Skład potraw, wykaz alergenów oraz wartość odżywcza posiłków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

Założenia wartości odżywczej dla diety podstawowej:

E=2000kcal/W=275g/T=55,56g/B=100g/Kw.Tł.Nasy.=</=22g/Cukry=</=50g/S=</=2000mg/Bł.=>/=25g

Sporządził:

Zatwierdził: