

22.02.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Twarożek z koperkiem, pomidor, chleb, masło, kakao D01, D02, D03	G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały	70g	M
Twarożek z koperkiem, pomidor (bez skórki i pestek), chleb, masło, kakao D05	G	Jogurt naturalny	15g	M
		Koper świeży	2g	-
		Pomidor świeży	50g	-
		Kakao	2g	G
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata- D11, D12	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń śmietankowy z biszkoptami D01, D02, D03(bez cukru i biszkoptów), D05, D11, D12	G	Mleko 2%	200ml	M
		Budyń śmietankowy	13g	-
		Biszkopty	18g	G, J
		Cukier	3g	-
OBIAD Rosół z ziemniakami D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości wywar	400ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń	11g	-
		Seler korzeń	9g	SEL
Bitki wołowe w sosie własnym D01, D02, D03	D	Por świeży	2g	-
		Masło 82%	4g	M
		Mleko 2%	10g	M
Bitki drobiowe w sosie własnym D05, D11, D12	D	Olej rzepakowy	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Cebula świeża	5g	-
Kasza jęczmienna D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Natka pietruszki świeża	1g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Wołowina mięso surowe	100g	-
Kapusta biała na ciepło D01, D03+ ZPO	G	Filet drobiowy mięso surowe	100g	-
		Kasza jęczmienna	60g	G
		Kapusta biała świeża	100g	-
Marchew na ciepło D02, D05, D11, D12	G	Marchew świeża	20g	-
		Marchew kostka mrożona	100g	-
Melon D01, D02, D03, D05	BO	Truskawka mrożona	50g	-
		Melon świeży	120g	-
Kompot truskawkowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Przyprawy [majeranek, lubyzyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
KOLACJA Salatka z makaronem ryżowym i szynką, chleb, masło, herbata D01, D02(bez papryki), D03	G G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Makaron w kształcie ryżu	30g	G
		Papryka czerwona świeża	10g	-
		Kukurydza konserwowa	7g	-
		Szynka drobiowa (wędlna)	20g	SOJ
		Groszek konserwowy	7g	-
		Jogurt typu greckiego	10g	M
		Majonez wegetariański	7g	GOR
		Ogórek kiszony	12g	-
		Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G	Szcypior świeży
G	Kasza kuskus		30g	G
	Mleko 2%		400ml	M
	Herbata		230ml	-

Założenia wartości odżywczej dla diety podstawowej:

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

Sporządził:

Zatwierdził:

22.02.2026r.

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: