

# 23.02.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
<b>ŚNIADANIE</b>  Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata D01, D02, D05, D11, D12	G G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały	70g	M
		Jogurt naturalny	8g	M
		Rzodkiewka świeża	10g	-
Pasta z rzodkiewką i koperkiem, chleb, masło, herbata D03	G	Koper świeży	1g	-
	G	Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Koktajl zielony D01, D02, D05, D11, D12	BO	Szpinak mrożony	25g	-
		Banan	30g	-
		Sok pomarańczowy	70ml	-
Jabłko D03	BO	Jabłko	50g/ 120g	-
<b>OBIAD</b> Barszcz czerwony z jajkiem i soczewicą czerwoną D01, D03	G	Kości wywar	200ml	-
		Marchew świeża/ Pietruszka korzeń	22g/ 11g	-/-
		Seler korzeń	9g	SEL
		Por świeży	2g	-
		Cebula świeża	3g	-
Barszcz czerwony z jajkiem D02, D05, D11, D12	G	Masło 82%	4g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Olej	10g	-
Zapiekanka z makaronem pełnoziarnistym z jarzynami i mięsem drobiowym D01, D03	G PA	Mąka pszenna	15g	G
		Buraki ćwikłowe świeże/ Koncentrat buraczany	70g/ 6ml	-/-
		Jaja kurze	30g	J
		Soczewica czerwona	10g	-
		Makaron pełnoziarnisty (świderki)	100g	G
Zapiekanka z makaronem pszennym z jarzynami i mięsem drobiowym D02, D05, D11, D12	G PA	Makaron pszenny (świderki)	100g	G
		Brokuł mrożony/ Kalafior mrożony	25g/ 25g	-/-
		Marchew mrożona kostka	25g	-
		Mieszanka 7-składnikowa/ Włoszczyzna mrożona	50g/25g	SEL/ SEL
		Fasolka szparagowa mrożona	25g	-
Sos koperkowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kukurydza konserwowa/ Groszek konserwowy	10g/10g	-/-
		Filet drobiowy mięso surowe	70g	-
		Koper świeży	5g	-
Serek homogenizowany owocowy D01, D02, D11, D12	BO	Serek homogenizowany owocowy	150g	M
Serek homogenizowany naturalny D03, D05	BO	Serek homogenizowany naturalny	150g	M
Kompot owocowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Mąka pszenna	10g	G
		Mieszanka kompotowa	25g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
<b>KOLACJA</b> Schab pieczony, sałata strzępiasta z papryką , chleb, masło, herbata D01, D02(bez papryki), D03	G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Schab pieczony (wędlina)	70g	SOJ
Szynka drobiowa, sałata strzępiasta, chleb, masło, herbata D05	G	Szynka drobiowa (wędlina)	70g	SOJ
		Sałata strzępiasta świeża	20g	-
		Papryka czerwona świeża	20g	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata D11, D12	G G	Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		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/Bł.=>/=25g**

**Sporządził:**

**Zatwierdził:**

# 23.02.2026r.

## **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:**

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

**Sporządził:**

**Zatwierdził:**