

# 04.04.2026r.

## Wielka Sobota

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	30-100g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały półtusty	70g	M
		Jogurt naturalny 2%	8g	M
		Rzodkiewka świeża	15g	-
<b>Pasta z rzodkiewką i koperkiem, chleb, masło, herbata D03</b>	G G	Koper świeży	1g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Koktajl zielony D01, D02, D05, D11, D12	BO	Szpinak rozdrobniony mrożony	25g	-
		Banan świeży	30g/ 120g	-
		Sok pomarańczowy	70ml	-
<b>Banan świeży D03</b>	BO	Jabłko świeże	50g	-
<b>OBIAD</b> Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami purée D01, D02, D03, D05, D11, D12	G G	Kości drobiowe (wywar)	200ml	-
		Marchew świeża/ Pietruszka korzeń świeży	22g/ 11g	-/-
		Seler korzeń świeży	9g	SEL
		Por świeży	2g	-
		Cebula świeża	3g	-
		Masło 82%	3g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Olej rzepakowy	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
<b>Makaron pszenny z serem białym i musem jabłkowym słodszym D01, D02, D05, D11, D12</b>	G PA	Buraki ćwikłowe świeże/ Koncentrat buraczany	70g/ 6ml	-/-
		Jaja kurze	59g	J
		Ziemniaki	130g	-
		Twaróg biały półtusty	70g	M
		Jabłko świeże	100g	-
<b>Makaron pełnoziarnisty z serem białym i musem jabłkowym niesłodzonym- D03</b>	G PA	Cukier wanilinowy	1g	-
		Cukier kryształ	3g	-
		Makaron pszenny świderki	70g	G
		Makaron pełnoziarnisty świderki	70g	G
<b>Skyr owocowy D01, D02, D05, D11, D12</b>	BO	Skyr owocowy	150g	M
<b>Skyr naturalny D03</b>	BO	Skyr naturalny	150g	M
<b>Kompot owocowy D01, D02, D03, D05, D11, D12</b>	G	Mieszanka kompotowa mrożona	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	30-100g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Schab pieczony (wędlina)	70g	SOJ
<b>Szynka drobiowa, sałata strzępiasta, chleb, masło, herbata D05</b>	G	Szynka drobiowa (wędlina)	70g	SOJ
		Sałata strzępiasta świeża	20g	-
		Papryka czerwona świeża	20g	-
<b>Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata D11, D12</b>	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:**

# 04.04.2026r.

## Wielka Sobota

### **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:**