

05.05.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Schab pieczony, rzodkiewka, chleb, masło, kawa inka D01, D02, D03	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Schab pieczony wędlina	70g	SOJ
		Szynka drobiowa wędlina	70g	SOJ
Szynka drobiowa, pomidor (bez skórki i pestek), chleb, kawa inka D05	G	Rzodkiewka świeża	15g	-
		Pomidor świeży	50g	-
		Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z zacierką, chleb, masło, herbata D11, D12	G	Mąka pszenna	30g	G
	G	Jaja	5g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Owsianka z jabłkiem i cynamonem D01, D02, D03 (bez cukru), D05, D11, D12	G	Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Jabłko świeże	50g	-
		Cynamon	1g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa kalafiorowa z tartym grysikiem D01, D03	G	Kości drobiowe (wywar)	200ml	-
		Marchew świeża	15g	-
		Pietruszka korzeń świeży	7g	-
		Seler korzeń świeży	6g	SEL
Zupa jarzynowa z tartym grysikiem D02, D05, D11, D12	D	Por świeży	2g	-
		Cebula świeża	3g	-
		Masło 82%	6g	M
Pulpety wieprzowe w sosie własnym D01, D02, D03	D	Mleko 2%	10ml	M
		Olej rzepakowy	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
Pulpety drobiowe w sosie własnym D05, D11, D12	D	Kalafior mrożony	60g	-
		Kasza manna	30g	G
		Jaja kurze	10g	J
		Schab wieprzowy (mięso surowe)	100g	-
Ziemniaki z koperkiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Filet drobiowy (mięso surowe)	100g	-
		Bułka pszenna czerstwa	10g	SEL
		Jaja kurze	10g	J
Surówka z selera i jabłka z jogurtem D01, D02, D03	BO	Mąka pszenna	10g	G
		Ziemniaki	250g	-
		Koper świeży	2g	-
Włoszczyzna na ciepło D05, D11, D12	G	Seler korzeń świeży	80g	-
		Jabłko świeże	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Włoszczyzna mrożona	100g	SEL
Kompot owocowo-porzeczkowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Mieszanka kompotowa mrożona	12g	-
		Porzeczka czarna mrożona	6g	-
		Przyprawy [majeranek, lubyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
KOLACJA Salatka z buraka czerwonego z jajkiem, chleb, masło, herbata D01, D02, D03	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Buraki czerwone świeże	75g	-
		Ogórek kiszony	20g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
		Jaja kurze	59g	J
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G	Jogurt grecki	14g	M
		Majonez roślinny	8g	GOR
		Płatki jęczmienne	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:

05.05.2026r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posilku:

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

Bl.- 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/Bl.=>/=25g

Sporządził:

Zatwierdził: