

# 06.05.2026r.

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	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
<b>Konserwa rybna, pomidor, chleb, masło, herbata D03+ Rehabilitacja</b>	G	Pomidor świeży	30g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Kefir owocowy D01, D02, D05, D11, D12	BO	Kefir owocowy	375g	M
<b>Kefir naturalny D03</b>	BO	Kefir naturalny	200g	M
<b>OBIAD</b> Zupa pęczakowa z jarzynami i soczewicą czerwoną D01, D03	G	Kości drobiowe (wywar)	200ml	-
		Marchew świeża	15g	-
		Pietruszka korzeń świeży	7g	-
		Seler korzeń świeży	6g	SEL
		Por świeży	3g	-
<b>Zupa krupnik z jarzynami D02, D05, D11, D12</b>	G	Cebula świeża	2g	-
		Masło 82%	6g	M
		Mleko 2%	10g	M
<b>Pierogi z serem i szpinakiem D01, D02</b>	G	Olej rzepakowy	5ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Mieszanka 7- składnikowa mrożona	50g	-
<b>Mięso drobiowe duszone D03, D05, D11, D12</b>	D	Kasza pęczak/ Kasza jęczmienna średnia	30g/ 30g	G/ G
		Soczewica czerwona sucha	10g	-
		Mąka pszenna	50g	G
		Twaróg biały półtłusty	70g	M
<b>Ziemniaki z koperkiem D03, D05, D11, D12</b>	G	Szpinak rozdrobniony mrożony	40g	SEL
		Jaja kurze	3g	J
		Włoszczyzna mrożona	12g	SEL
		Filet drobiowy (mięso surowe)	100g	-
<b>Surówka z kapusty białej, marchewki i jabłka z dresingiem D01, D02, D03</b>	BO	Ziemniaki	250g	-
		Koper świeży	1g	-
		Kapusta biała świeża	70g	-
		Marchew świeża	20g	-
		Jabłko świeże	20g	-
<b>Marchew na ciepło D05, D11, D12</b>	G	Majonez roślinny	8g	GOR
		Jogurt grecki	14g	M
		Marchew kostka mrożona	100g	-
<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, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
<b>KOLACJA</b> Pasta z mięsa z warzywami, sałata lodowa świeża, chleb, masło, herbata D01, D02, D03, D05	PI G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Filet drobiowy (mięso surowe)	50g	-
		Włoszczyzna mrożona	30g	SEL
		Marchew świeża	15g	-
		Seler korzeń świeży	5g	SEL
		Pietruszka korzeń świeży	5g	-
		Olej rzepakowy	6g	-
<b>Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata D11, D12</b>	G G	Sałata lodowa świeża	35g	-
		Ryż biały	30g	-
		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:

# 06.05.2026r.

## **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: