

10.05.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą drobiową, chleb, masło, herbata D01, D02, D11, D12	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Żurek biały (zakwas)	30g	G
Konserwa rybna, sałata lodowa, chleb, masło, herbata D03	G	Mąka pszenna	30g	G
	G	Mleko 2%	15g	M
		Jogurt naturalny 2%	6g	M
		Jaja kurze	30g	J
		Kielbasa drobiowa	30g	SOJ
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata- D05	G	Salata lodowa świeża	35g	-
	G	Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jabłko świeże/gotowane D01, D03/ D02, D05, D11, D12	BO/G	Jabłko świeże	150g	-
OBIAD Rosół z makaronem nitki D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	400ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń świeży	11g	-
		Seler korzeń świeży	9g	SEL
		Por świeży	2g	-
Schab wieprzowy duszony w jarzynach D01, D02, D03, D05, D11, D12	D	Masło 82%	2g	M
		Olej rzepakowy	10ml	-
		Cebula świeża	3g	-
		Natka pietruszki świeża	1g	-
		Makaron pszenny nitki	30g	G, J
Ziemniaki z koperkiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Schab wieprzowy (mięso surowe)	100g	-
		Jaja kurze	5g	J
		Mąka pszenna	10g	G
Marchew oprószone z groszkiem D01, D02, D03	G	Bułka pszenna czerstwa	15g	G
		Włoszczyzna mrożona	12g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
Marchew na ciepło D05, D11, D12	G	Koper świeży	2g	-
		Marchew świeża	60g	-
		Groszek zielony mrożony	50g	-
Jogurt owocowy D01, D02, D05	BO	Masło 82%	4g	M
		Mąka pszenna	10g	G
		Marchew kostka mrożona	100g	SEL
Jogurt naturalny D03	BO	Jogurt owocowy	125g	M
		Jogurt naturalny	150g	M
		Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
Kompot wieloowocowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
KOLACJA Pasta z sera białego z ziołami, rzodkiewka, chleb, masło, bawarka D01, D02, D03	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały półtłusty	70g	M
Pasta z sera białego z ziołami, sałata lodowa, chleb, masło, bawarka- D05	G	Jogurt naturalny 2%	12g	M
		Rzodkiewka świeża	15g	-
		Zioła prowansalskie	-	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata D11, D12	G	Salata lodowa świeża	35g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-

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:

10.05.2026r.

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

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: