

# 12.05.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b>  Parówka drobiowa, ogórek kiszony, ketchup, chleb, masło, bawarka D01, D02, D03 (bez ketchupu)	G G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Parówka drobiowa	100g	SOJ
		Ogórek kiszony	30g	-
		Ketchup	20g	-
<b>Zupa mleczna z zacierką, chleb, masło, herbata</b> D05, D11, D12	G G	Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	5g	J
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Galaretka owocowa D01, D02, D05, D11, D12	G	Galaretka owocowa	23g	-
<b>Mandarynka</b> D03	BO	Mandarynka świeża	100g	-
<b>OBIAD</b>  Barszcz ukraiński z grochem D01, D03	G	Kości drobiowe (wywar)	200ml	-
		Marchew świeża	15g	-
		Pietruszka korzeń świeży	7g	-
		Por świeży	2g	-
		Cebula świeża	3g	-
		Seler korzeń świeży	6g	SEL
<b>Barszcz ukraiński</b> D02, D05, D11, D12	G	Masło 82%	3g	M
		Mleko 2%	10ml	M
		Olej rzepakowy	5ml	-
<b>Klopsiki z indyka w sosie śmietanowo- szpinakowym</b> D01, D02, D03, D05, D11, D12	D G	Mąka pszenna	15g	G
		Buraki świeże	60g	-
		Koncentrat buraczany	6ml	-
		Ziemiaki	130g	-
<b>Kasza gryczana</b> D01, D03	G	Kalafior mrożony/ Fasolka szparagowa mrożona	12g/ 12g	-/-
		Groch połówki	10g	-
		Filet z indyka (mięso surowe)	100g	-
		Bułka czerstwa	10g	G
<b>Kasza kuskus</b> D02, D5, D11, D12	G	Jaja kurze	12g	J
		Szpinak rozdrobniony mrożony	25g	-
		Śmietanka 30%	10ml	M
		Mąka pszenna	10g	G
		Kasza gryczana	60g	G
<b>Salatka lodowa z pomidorem i jogurtem</b> D01, D02, D03	BO	Kasza kuskus	60g	G
		Salata lodowa świeża	60g	-
		Pomidor świeży	60g	-
		Jogurt grecki	20g	M
<b>Włoszczyzna na ciepło</b> D05, D11, D12	G	Włoszczyzna mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
<b>Kompot wieloowocowy</b> D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, cynamon, imbir, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
<b>KOLACJA</b>  Salatka z kaszy jęczmiennej, chleb, masło, kawa zbożowa D01, D02(bez papryki), D03	G G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Filet drobiowy (mięso surowe)	59g	-
		Olej rzepakowy	5ml	-
<b>Szynka drobiowa, sałata strzypiasta, chleb, masło, kawa zbożowa-</b> D05	G	Papryka czerwona świeża	30g	-
		Ogórek kiszony	20g	-
		Kukurydza konserwowa	7g	-
<b>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata</b> D11, D12	G G	Szynka drobiowa wędlna	70g	SOJ
		Salata strzypiasta świeża	35g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 230ml	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:

# 12.05.2026r.

## **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: