

# 14.04.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Schab pieczony, pomidor, chleb, masło, kawa inka D01, D02, 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
Szynka drobiowa, pomidor (bez skórki i pestek), chleb, masło, kawa inka- D05	G	Szynka drobiowa wędlina	70g	SOJ
		Pomidor świeży	50g	-
		Kawa inka	2g	G
Zupa mleczna z kaszą jagłaną, chleb, masło, herbata D11, D12	G	Mleko 2%	200ml	M
	G	Kasza jagłana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Owsianka z ananase i wiórkami kokosowymi D01, D02, D05	G	Mleko 2%	180ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Ananas w syropie	30g	-
Budyń D03 (bez cukru), D11, D12	G	Wiórki kokosowe	5g	-
		Budyń	13g	-
		Cukier kryształ	6g	-
<b>OBIAD</b> Zupa koperkowa z grysikiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	200ml	-
		Marchew świeża	15g	-
		Pietruszka korzeń świeży	7g	-
		Por świeży	2g	-
Indyk duszony z jarzynami w sosie własnym D01, D02, D03, D05, D11, D12	D	Cebula świeża	3g	-
		Seler korzeń świeży	6g	SEL
		Masło 82%	2g	M
		Mleko 2%	10g	M
Ziemniaki D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Olej rzepakowy	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Mieszanka 7-składnikowa mrożona	50g	-
		Koper świeży	5g	-
Marchewka oprószona z groszkiem D01, D02	G	Kasza manna	30g	G
		Filet z indyka (mięso surowe)	100g	-
		Włoszczyzna mrożona	12g	SEL
		Mąka pszenna	10g	G
Marchew na ciepło D03, D05, D11, D12	G	Ziemniaki	250g	-
		Marchew świeża	60g	-
		Groszek zielony mrożony	50g	-
		Masło 82%	4g	M
Melon świeży D01, D02, D03, D05	BO	Mąka pszenna	10g	G
		Marchew świeża	100g	-
		Melon świeży	120g	-
		Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
Kompot owocowy 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, GOR
<b>KOLACJA</b> Twarożek z makrelą, rukola, chleb, masło, herbata D01, D02, D03	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
	G	Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały półtłusty	50g	M
		Jogurt naturalny 2%	8g	M
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G	Rukola świeża	5g	-
		Makrela wędzona	20g	R
	G	Kasza jęczmienna	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:**

# 14.04.2026r.

## **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:**