

19.04.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą wieprzową, chleb, masło, herbata D01, D02, D11, D12	G G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Żurek biały	30g	G
Pasta z jajka z szczypiorkiem, papryka czerwona, chleb, masło, herbata D03	G G	Mąka pszenna	30g	G
		Mleko 2%	15g	M
		Jogurt naturalny 2%	6g	M
		Jaja kurze	30g	J
		Kielbasa wieprzowa	20g	SOJ
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata D05	G G	Jaja kurze/ Jogurt naturalny 2%	70g/ 8g	J/ M
		Szczypior świeży	1g	-
		Papryka czerwona świeża	30g	-
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		
II ŚNIADANIE Koktajl jogurtowy bananowo-porczkowy D01, D02, D03(bez cukru), D05, D11, D12	BO	Jogurt naturalny	150ml	M
		Banan świeży	50g	-
		Porzeczka mrożona	12g	-
		Cukier kryształ	3g	-
OBIAD Rosół z lanym ciastem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	400ml	-
		Marchew świeża	15g	-
		Pietruszka korzeń świeży/ Por świeży	7g/ 3g	-/ -
		Seler korzeń świeży	6g	SEL
Gulasz wołowy z warzywami D01, D02, D03	D	Cebula świeża	2g	-
		Masło 82%	2g	M
		Olej rzepakowy	10ml	-
Gulasz drobiowy z warzywami D05, D11, D12	D	Mąka pszenna	15g	G
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja kurze	10g	J
		Natka pietruszki świeża	1g	-
Ziemniaki z koperkiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Wołowina (mięso surowe)	100g	-
		Filet drobiowy (mięso surowe)	100g	-
		Włoszczyzna mrożona	12g	SEL
		Ziemniaki/ Koper świeży	250g/ 2g	-/ -
Surówka z selera i jabłka z jogurtem D01, D02, D03	BO	Seler korzeń świeży	80g	SEL
		Jabłko świeże	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
Marchew na ciepło D05, D11, D12	G	Marchew kostka mrożona	100g	-
		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,
KOLACJA Twarożek ziarnisty, miód, chleb, masło, bawarka D01, D02, D05	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Miód naturalny	2x25g	-
Twarożek ziarnisty, szpinak świeży, chleb, masło, bawarka D03	G	Twarożek ziarnisty	200g	M
		Szpinak baby, świeży	10g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	100ml	M
Twarożek, miód, chleb, masło, bawarka- Rehabilitacja	G	Twaróg biały półtłusty	70g	M
		Jogurt naturalny 2%	8g	M
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata D11, D12	G G	Herbata	130ml	-
		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:

19.04.2026r.

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: