

26.04.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasztet drobiowo-wieprzowy, rukola, chleb, masło, bawarka D01, D02, D03	G G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Pasztet drobiowo- wieprzowy	70g	GOR
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G	Rukola świeża	10g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt pitny owocowy D01, D02, D05, D11, D12	BO	Jogurt pitny owocowy	250ml	M
		Jogurt pitny naturalny	330ml	M
OBIAD Rosół z lanym ciastem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	400ml	-
		Marchew świeża	15g	-
		Pietruszka korzeń świeży	6g	-
		Seler korzeń świeży	7g	SEL
Kotleciki siekane D01, D02, D03, D05, D11, D12	D	Por świeży	3g	-
		Masło 82%	4g	M
		Olej rzepakowy	10ml	-
		Włoszczyzna mrożona	25g	SEL
		Ziemniaki z koperkiem	25g	SEL
Ziemniaki z koperkiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Cebula świeża	2g	-
		Natka pietruszki świeża	1g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja kurze	10g	J
Surówka z kapusty pekińskiej i pomidora z olejem D01, D02, D03	BO	Filet drobiowy (mięso surowe)	100g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Jaja kurze	5g	J
		Włoszczyzna mrożona	25g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
Marchew na ciepło D05, D11, D12	G	Koper świeży	2g	-
		Kapusta pekińska świeża	70g	-
		Pomidor świeży	50g	-
		Marchew kostka mrożona	100g	-
Kompot truskawkowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Truskawka mrożona	50g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
KOLACJA Pasta z sera białego, miód 2x25g, chleb, masło, herbata z cytryną D01, D02, D05	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały półtłusty	70g	M
Pasta z sera białego, rzodkiewka, chleb, masło, herbata z cytryną D03	G	Jogurt naturalny 2%	8g	M
		Rzodkiewka świeża	20g	-
		Miód naturalny	2x25g	-
		Kasza kuskus	30g	G
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata z cytryną D11, D12	G G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
		Cytryna świeża	3g	-

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:

26.04.2026r.

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: