

27.04.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasta z jajka z tuńczykiem, sałata lodowa z papryką, chleb, masło, kakao D01, D02(bez papryki), D03	G G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Sałata lodowa świeża	10g	-
		Papryka czerwona świeża	20g	-
		Jaja kurze	40g	J
		Jogurt naturalny 2%	8g	M
Zupa mleczna z kaszą jagłana, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G G	Tuńczyk w sosie własnym	20g	R
		Kakao	2g	G
		Kasza jagłana	30g	-
		Mleko 2%	230ml/ 400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń śmietankowy+ biszkopty D01, D02, D03(bez cukru i biszkoptów), D05, D11, D12	G	Budyń śmietankowy	13g	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Biszkopty	18g	G, J
		Cukier kryształ	3g	-
OBIAD Zupa grochowa D01, D03	G	Kości drobiowe (wywar)	200ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń świeży	11g	-
Zupa jarzynowa D02, D05, D11, D12	G	Seler korzeń świeży	9g	SEL
		Por świeży	3g	-
		Cebula świeża	2g	-
Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowym i mięsem mieszanym D01, D03	D G	Masło 82%	4g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Olej rzepakowy	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym D02, D05, D11, D12	G D	Groch półowki	10g	-
		Ziemniaki	150g	-
		Marchew świeża	30g	-
		Włoszczyzna mrożona	25g	SEL
Kiwi świeże D01, D03	BO	Koncentrat pomidorowy	24g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Filet drobiowy (mięso surowe)	30g	-
		Szynka wieprzowa (mięso surowe)	30g	-
		Makaron pełnoziarnisty świderki	100g	G
Galaretką owocową D02, D05, D11, D12	G	Makaron pszenny świderki	100g	G
		Filet drobiowy (mięso surowe)	60g	-
		Kiwi świeże	120g	-
		Galaretką owocową	23g	-
Kompot owocowo- porzeczkowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Mieszanka kompotowa mrożona	12g	-
		Porzeczka czarna mrożona	12g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
KOLACJA Schab pieczony, pomidor, chleb, masło, herbata D01, D02, D03	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
Szynka drobiowa, pomidor (bez skórki i pestek), chleb, masło, herbata D05	G	Masło 82%	10g	M
		Schab pieczony wędlina	70g	SOJ
		Szynka drobiowa wędlina	70g	SOJ
		Pomidor świeży	50g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata D11, D12	G G	Płatki owsiane	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/Bł.=>/=25g

Sporządził:

Zatwierdził:

27.04.2026r.

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: