

29.04.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą kuskus, 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
Pierś z indyka, sałata lodowa z rzodkiewką, chleb, masło, bawarka D03+ Rehabilitacja	G	Pierś z indyka wędlna	70g	SOJ
		Sałata lodowa świeża	35g	-
		Rzodkiewka świeża	15g	-
Pierś z indyka, sałata lodowa, chleb, masło, bawarka D05	G	Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Kefir owocowy D01, D02, D05, D11, D12	BO	Kefir owocowy	375ml	M
Kefir naturalny D03	BO	Kefir naturalny	200ml	M
OBIAD Zupa ogórkowa z ryżem białym D01, D02, D03	G	Kości drobiowe (wywar)	200ml	-
		Marchew świeża	15g	-
		Pietruszka korzeń świeży	7g	-
		Seler korzeń świeży	6g	SEL
Zupa jarzynowa z ryżem białym D05, D11, D12	G	Por świeży	3g	-
		Cebula świeża	2g	-
		Masło 82%	2g	M
		Mleko 2%	10g	M
Kotleciki z jajek w sosie koperkowym D01, D02	D/ PI	Olej rzepakowy	5ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
Filet drobiowy w sosie koperkowym D03, D05, D11, D12	D	Ogórki kiszzone	30g	-
		Ryż biały	30g	-
Ziemniaki D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Jaja kurze	118g	J
		Bułka pszenna czerstwa	10g	G
		Filet drobiowy (mięso surowe)	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
Ćwikła D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Mąka pszenna	10g	G
		Koper, świeży	2g	-
		Buraki, świeże	120g	-
Kompot owocowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, cynamon, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
KOLACJA Salatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym, chleb, masło, herbata D01, D02(bez papryki), D03	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Kapusta pekińska świeża	50g	-
		Filet drobiowy (mięso surowe)	40g	-
		Papryka czerwona świeża	20g	-
		Ogórek kiszony	24g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G G	Pomidor świeży	20g	-
		Kukurydza konserwowa	10g	-
		Olej rzepakowy	6ml	-
		Płatki jęczmienne	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:

29.04.2026r.

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

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:

E=2000kcal/W=275g/T=55,56g/B=100g/Kw.Tł.Nasy.=</=22g/Cukry=</=50g/S=</=2000mg/Bł.=>/=25g

Sporządził:

Zatwierdził: