

30.04.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Dżem owocowy, chleb, masło, kawa zbożowa D01, D02	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Dżem owocowy	2x25g	-
Konserwa rybna, pomidor, chleb, masło, kawa zbożowa D03	G	Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
		Pomidor świeży	25g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G	Kasza jaglana	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z mussem brzoskwiniowym D01, D02, D05, D11, D12	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Brzoskwinia w syropie	30g	-
Budyń (bez cukru) D03	G	Cukier kryształ	3g	-
		Budyń śmietankowy	13g	-
OBIAD Zupa koperkowa z jarzynami i makaronem świderki D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	200ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń świeży	11g	-
		Seler korzeń świeży	9g	SEL
		Por świeży	2g	-
		Cebula świeża	3g	-
Schab wieprzowy duszony w jarzynach w sosie własnym D01, D02, D03	D	Masło 82% tł.	2g	M
		Mleko 2% tł.	10g	M
		Olej rzepakowy	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
Filet drobiowy duszony w jarzynach w sosie własnym D05, D11, D12	D	Mieszanka 7-składnikowa mrożona	50g	SEL
		Koper świeży	5g	-
		Makaron pszenny świderki	30g	G, J
Kluski śląskie D01, D02	G	Schab wieprzowy (mięso surowe)	100g	-
		Filet drobiowy (mięso surowe)	100g	-
		Włoszczyzna mrożona	12g	SEL
		Mąka pszenna	10g	G
		Ziemniaki	200g	-
Ziemniaki z koperkiem D03, D05, D11, D12	G	Mąka ziemniaczana	30g	-
		Jaja kurze	12g	J
		Mąka pszenna	10g	G
Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem- D01, D02, D03	BO	Masło 82% tł.	6g	M
		Ziemniaki	250g	-
		Koper świeży	2g	-
Włoszczyzna na ciepło D05, D11, D12	G	Marchew świeża	80g	-
		Jabłko świeże	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
Kompot owocowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Włoszczyzna mrożona	100g	SEL
		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, GOR
KOLACJA Paszтет drobiowo-wieprzowy, szpinak świeży, chleb, masło, herbata- D01, D02, D03	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
Szynka drobiowa, szpinak świeży, chleb, masło, herbata D05	G	Paszтет drobiowo- wieprzowy	70g	GOR
		Szynka drobiowa wędlna	70g	SOJ
		Szpinak baby świeży	5g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata D11, D12	G	Płatki owsiane	30g	G
	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:

30.04.2026r.

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

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: