

28.05.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pierś z indyka, ogórek kiszony, 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
		Pierś z indyka wędlina	70g	SOJ
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata- D05, D11, D12	G	Ogórek kiszony	30g	-
	G	Płatki kukurydziane	30g	G
	Mleko 2%	400ml	M	
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl bananowo-porzeczkowy D01, D02, D03(bez cukru), D05, D11, D12	BO	Jogurt naturalny 2%	152g	M
		Banan świeży	38g	-
		Porzeczka czarna mrożona	13g	-
		Cukier wanilinowy	2g	-
		Cukier kryształ biały	3g	-
OBIAD Zupa krem z dyni z grzankami 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/ Cebula świeża	2g/ 3g	-/-
		Mąka pszenna	10g	G
Bitki wieprzowe w sosie własnym z jarzynami D01, D02, D03, D05, D11, D12	D	Ziemiaki	76g	-
		Dynia mrożona	100g	-
		Ser topiony/ Śmietanka 30%	1g/ 5ml	M/ M
		Bułka pszenna czerstwa	30g	G
Kasza jęczmienna D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Pomidor świeży	29g	-
		Mleko 2%	10ml	M
		Schab wieprzowy (mięso surowe)	100g	-
		Włoszczyzna mrożona	25g	SEL
		Olej rzepakowy	5g	-
Sałatka lodowa z pomidorem i jogurtem D01, D02, D03	BO	Mąka pszenna	10g	G
		Kasza jęczmienna	60g	G
		Olej rzepakowy	5g	-
		Sałata lodowa świeża	50g	-
Szpinak na ciepło D05, D11, D12	G	Pomidor świeży	53g	-
		Jogurt grecki/ Jogurt naturalny 2%	7g/ 12g	M/ M
		Szpinak rozdrobniony mrożony	110g	-
Kompot owocowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
		Przyprawy [majeranek, łubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
KOLACJA Drożdżówka z budyniem waniliowym, jabłkiem i kruszonką, chleb, twaróg, masło, kawa zbożowa parzona D01, D02, D05	PI	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Mąka pszenna	40g	G
		Mleko 2%	20ml	M
		Drożdże, instant	1g	-
		Masło 82%	4g	-
		Jaja kurze	5g	J
		Cukier kryształ	4g	-
Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, kawa zbożowa parzona D03	G	Cukier wanilinowy	2g	-
		Budyń śmietankowy	4g	-
		Mleko 2%	30ml	M
		Cukier kryształ	2g	-
		Mąka pszenna/ Cukier kryształ/ Masło 82%	6g/ 4g/ 4g	G/ -/ M
		Jabłko świeże	40g	-
		Twaróg biały półtłusty	35g	M
		Jogurt naturalny 2%	6g	M
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata D11, D12	G	Szynka drobiowa wędlina	70g	SOJ
		Sałata lodowa, świeża	35g	-
		Kawa zbożowa „Kujawianka”/ Mleko 2%	5g/ 230 ml	G/ M
		Ryż brązowy	30g	-
		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:

28.05.2026r.

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: