

31.05.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą wieprzową, chleb, masło, herbata D01, D02, D11, D12	G G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Żurek biały	30g	G
Pasta z jajka z szczypiorkiem, papryka czerwona, chleb, masło, herbata D03	G G	Mąka pszenna	30g	G
		Mleko 2%	20g	M
		Jogurt naturalny 2%	8g	M
		Jaja kurze	59g	J
		Kielbasa wieprzowa	48g	SOJ
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata D05	G G	Jaja kurze/ Jogurt naturalny 2%	70g/ 12g	J/ M
		Szczypior świeży	1g	-
		Papryka czerwona świeża	30g	-
		Kasza jagłana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		
II ŚNIADANIE Jogurt pitny owocowy D01, D02, D05, D11, D12	BO	Jogurt pitny owocowy	250ml	M
Jogurt pitny naturalny- D03	BO	Jogurt pitny naturalny	330ml	M
OBIAD Rosół z ryżem białym D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	400ml	-
		Marchew świeża	33g	-
		Pietruszka korzeń świeży/ Por świeży	21g/ 6g	-/-
		Seler korzeń świeży	12g	SEL
Gulasz drobiowy z warzywami D01, D02, D03, D05, D11, D12	D	Cebula świeża	5g	-
		Natka pietruszki świeża	1g	-
		Ryż biały	30g	-
Ziemniaki z koperkiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Filet drobiowy (mięso surowe)	110g	-
		Włoszczyzna mrożona	50g	SEL
		Mąka pszenna	10g	G
Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem D01, D02, D03	BO	Olej rzepakowy	5g	-
		Ziemniaki/ Koper świeży	254g/ 2g	-/-
		Masło 82%	2g	M
		Kapusta pekińska świeża	63g	SEL
Marchew na ciepło D05, D11, D12	G	Jabłko świeże	18g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Marchew kostka mrożona	110g	-
		Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
Kompot owocowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
KOLACJA Sałatka jarzynowa, chleb, masło, bawarka D01, D02, D03	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Jogurt grecki	7g	M
		Majonez roślinny	6g	GOR
		Ziemniaki	30g	-
		Marchew świeża	30g	-
		Seler korzeń świeży	6g	SEL
Pietruszka korzeń świeży	7g	-		
Twarożek naturalny, szpinak świeży, chleb, masło, bawarka D05	G	Ogórek kiszony	16g	-
		Jabłko świeże	15g	-
		Jaja kurze	24g	J
		Groszek konserwowy/ Kukurydza konserwowa	7g/ 7g	-/-
		Twaróg biały półtusty/ Jogurt naturalny 2%	70g/ 12g	M/ M
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata D11, D12	G G	Szpinak baby świeży	5g	-
		Herbata	100ml	-
		Mleko 2%	130ml	M
		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:

31.05.2026r.

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

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: