

# 01.07.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b>  Pasta z jajka z tuńczykiem, pomidor, chleb, masło, kawa zbożowa parzona D01, D02, D03	G G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Jaja kurze	50g	J
		Jogurt naturalny 2%	8g	M
		Tuńczyk w sosie własnym	12g	R
		Pomidor świeży	50g	-
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G	Kawa zbożowa parzona „Kujawianka”	5g	G
	G	Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
		Płatki kukurydziane	30g	G
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Brzoskwinia D01, D02, D03, D05, D11, D12	BO	Brzoskwinia świeża	120g	-
<b>OBIAD</b> Zupa grochowa z kaszą pęczak D01, D03+ ZPO	G	Kości drobiowe (wywar)	300ml	-
		Włoszczyzna mrożona	75g	SEL
		Cebula świeża	2g	-
		Groch połówki	20g	-
Zupa jarzynowa z kaszą jęczmienną D02, D05, D11, D12	G	Kasza pęczak	30g	G
		Mąka pszenna	10g	G
		Mleko 2%	10g	M
Mięso wołowe w sosie własnym z warzywami D01, D02, D03	D	Kasza jęczmienna średnia	30g	G
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
Mięso drobiowe w sosie własnym z warzywami D05, D11, D12	D	Mięso wołowe (mięso surowe)	105g	-
		Filet z kurczaka (mięso surowe)	105g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Ziemniaki z koperkiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Marchew świeża	22g	SEL
		Pietruszka korzeń świeża	14g	-
		Seler korzeń świeży	12g	SEL
Ćwikła D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Cebula świeża	4g	-
		Olej rzepakowy	5ml	-
		Ziemniaki	254g	-
Jogurt owocowy D01, D02, D05, D11, D12	BO	Koper świeży	2g	-
		Buraki czerwone świeże	120g	-
		Jogurt owocowy	125g	M
Jogurt naturalny D03	BO	Jogurt naturalny	150g	M
		Mieszanka kompotowa mrożona	12g	-
		Wiśnia mrożona	6g	-
Kompot owocowo- wiśniowy 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, GOR
<b>KOLACJA</b>  Smarowidło mięso- warzywne, szpinak świeży, chleb, masło, herbata D01, D02, D03, D05	PI G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Filet drobiowy (mięso surowe)	50g	-
		Włoszczyzna mrożona	38g	SEL
Zupa mleczna z kaszą jagłaną, chleb, masło, herbata D11, D12	G G	Olej rzepakowy/ Szpinak świeży	5ml/ 5g	-/-
		Kasza jagłana	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/Bł.=>/=25g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 01.07.2026r.

## **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:**

<b>E=2000kcal/W=275g/T=55,56g/B=100g/Kw.Tł.Nasy.=&lt;/=22g/Cukry=&lt;/=50g/S=&lt;/=2000mg/Bl.=&gt;/=25g</b>
---

Sporządził:

Zatwierdził: