

02.07.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pierś z indyka, rzodkiewka, chleb, masło, kakao- D01, D03	G G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
Pierś z indyka, sałata lodowa chleb, masło, kakao- D02, D05	G	Pierś z indyka (wędlina)	70g	SOJ
		Sałata lodowa świeża	35g	-
		Rzodkiewka świeża	15g	-
Zupa mleczna z zacierką, chleb, masło, herbata D11, D12	G G	Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
		Kakao	2g	G
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja kurze	6g	J
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń z biszkoptami- D01, D02, D03 (bez cukru i biszkoptów), D05, D11, D12	G	Mleko 2%	200ml	-
		Budyń śmietankowy	13g	-
		Biszkopoty	18g	G, J
		Cukier kryształ	3g	-
OBIAD Zupa ogórkowa z tartym grysikiem D01, D02, D03	G	Kości drobiowe (wywar)	300ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń	10g	-
		Seler korzeń	9g	SEL
Zupa jarzynowa z tartym grysikiem D05, D11, D12	G	Por świeży	2g	-
		Cebula świeża	3g	-
		Mleko 2%	10g	M
Kotleciki drobiowe siekane D01, D02, D03, D05, D11, D12	D	Mleko 2%	10g	M
		Mąka pszenna	10g	G
		Ogórki kiszzone	40g	-
		Kasza manna	30g	G
Ziemniaki z koperkiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Jaja kurze	9g	J
		Filet drobiowy (mięso surowe)	95g	-
		Skrobia ziemniaczana	10g	-
		Jaja kurze	6g	J
Surówka z selera i jabłka z jogurtem D01, D02, D03	BO	Włoszczyzna mrożona	25g	SEL
		Olej rzepakowy	5ml	-
		Ziemniaki/ Koper świeży	254g/ 2g	- / -
		Masło 82%	2g	M
		Seler korzeń	80g	SEL
Marchew na ciepło D05, D11, D12	G	Jabłko świeże	29g	-
		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
		Chleb pszenny	30-100g	G
KOLACJA Sałatka z buraczkami, serem, rukolą i słonecznikiem, chleb, masło, herbata D01, D02, D03	G	Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Buraki świeże/ Rukola świeża	75g/ 10g	- / -
		Ser typu feta	20g	M
		Twaróg biały półtłusty	30g	M
		Słonecznik łuskany	5g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G G	Olej	5ml	-
		Przyprawy[Ziola prowansalskie, sól, kwasek cytr.]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Płatki owsiane	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:

02.07.2026r.

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: