

06.07.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata D01, D02, D05, D11, D12	G G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Jaja kurze	70g	J
		Jogurt naturalny 2%	12g	M
Pasta jajeczna z koperkiem, papryka czerwona, chleb, masło, bawarka D03+ Rehabilitacja	G	Koper świeży/ Papryka czerwona świeża	1g/ 30g	-/ -
		Herbata	100ml	-
		Mleko 2%	130ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Kisiel owocowy D01, D02, D03 (bez cukru), D05, D11, D12	G	Kisiel	13g	-
		Cukier kryształ	3g	-
OBIAD Krupnik z mięsem drobiowym z grochem połówki D01, D03	G	Kości drobiowe (wywar)	300ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń świeży	10g	-
		Por świeży	2g	-
Krupnik z mięsem drobiowym D02, D05, D11, D12	G	Cebula świeża	3g	-
		Seler korzeń świeży	9g	SEL
		Mleko 2%	10ml	M
Naleśniki z serem na słodko D01, D02	S	Mąka pszenna	10g	G
		Ziemiaki	55g	-
		Kasza jęczmienna	20g	G
Arbuz D01, D02	BO	Udko drobiowe (mięso surowe)	35g	-
		Groch połówki	10g	-
		Mleko 2%	140ml	M
Makaron pszenny z twarogiem białym i szpinakiem D05, D11, D12	G D	Jaja kurze	12g	J
		Olej rzepakowy	10g	-
		Mąka pszenna	70g	G
		Twaróg biały półtłusty	60g	M
		Jogurt naturalny 2%	8g	M
		Arbuz świeży	120g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
Makaron pełnoziarnisty z twarogiem białym i szpinakiem D03	G D	Cukier kryształ	5g	-
		Makaron pszenny świderki	70g	G
		Makaron pełnoziarnisty świderki	70g	G
		Twaróg biały półtłusty	100g	M
		Szpinak rozdrobniony mrożony	25g	-
		Masło 82%	6g	M
		Cebula świeża	4g	-
		Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
Kompot owocowo-wiśniowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Wiśnia mrożona	6g	-
		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 Schab pieczony, ogórek kiszony, chleb, masło, herbata D01, D02, D03	PI G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, herbata D05	PI G	Schab pieczony (wędlina)	70g	SOJ
		Szynka drobiowa (wędlina)	70g	SOJ
		Ogórek kiszony	30g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata D11, D12	G G	Sałata lodowa świeża	35g	-
		Kasza manna	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/Bł.=>/=25g

Sporządził:

Zatwierdził:

06.07.2026r.

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

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: