

07.07.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, pomidor, ketchup, chleb, masło, bawarka D01, D02, D03	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Parówka drobiowa	100g	SOJ
		Ketchup	20g	-
		Pomidor świeży	50g	-
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G	Mleko 2%	130ml	M
	G	Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Nektarynka D01, D02, D03, D05, D11, D12	BO	Nektarynka świeża	120g	-
OBIAD Zupa koperkowa z grysikiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	300ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń świeży	10g	-
		Por świeży	2g	-
Indyk duszony z jarzynami w sosie własnym D01, D02, D03, D05, D11, D12	D	Cebula świeża	3g	-
		Seler korzeń świeży	9g	SEL
		Mleko 2%	10g	M
		Mąka pszenna	10g	G
Ziemniaki D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Mieszanka 7-składnikowa mrożona	50g	-
		Koper świeży	5g	-
		Kasza manna	30g	G
		Filet z indyka (mięso surowe)	95g	-
Marchewka oprószone z groszkiem D01, D02	G	Olej rzepakowy	5ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń świeży	14g	-
		Cebula świeża	4g	-
		Seler korzeń świeży	12g	SEL
		Mąka pszenna	10g	G
Marchew na ciepło D03, D05, D11, D12	G	Ziemniaki	254g	-
		Masło 82%	2g	M
		Marchew kostka mrożona	60g	-
		Groszek zielony mrożony	50g	-
		Masło 82%	4g	M
Kompot owocowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Mąka pszenna	10g	G
		Marchew kostka mrożona	110g	-
		Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
		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 Twarożek z makrelą, rukola, chleb, masło, kawa zbożowa rozpuszczalna D01, D02, D03, D05	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
	G	Twaróg biały półtłusty	50g	M
		Jogurt naturalny 2%	8g	M
		Rukola świeża	5g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata D11, D12	G	Makrela wędzona	21g	R
	G	Kawa zbożowa rozpuszczalna „Inka”	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Kasza jęczmienna	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:

07.07.2026r.

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: