

# 26.06.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Chalka, dżem owocowy, chleb, twarożek, masło, kawa zbożowa rozpuszczalna D01, D02, D05	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Chalka	100g	G, J, M, SOJ
		Dżem owocowy	25g	-
<b>Twarożek, salata lodowa z rzodkiewką, chleb, masło, kawa zbożowa rozpuszczalna D03</b>	G	Twaróg biały półtusty	70g	M
		Jogurt naturalny 2%	12g	M
		Rzodkiewka świeża	10g	-
		Salata lodowa świeża	35g	-
		Kawa zbożowa rozpuszczalna	2g	G
<b>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata D11, D12</b>	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Serek homogenizowany D01, D02, D11, D12	BO	Serek homogenizowany owocowy	150g	M
<b>Jogurt naturalny D03, D05</b>	BO	Jogurt naturalny 2%	150g	M
<b>OBIAD</b> Zupa krupnik z jarzynami D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	300ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń świeży	10g	-
		Seler korzeń świeży	9g	SEL
		Por świeży	2g	-
		Cebula świeża	3g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
<b>Ryba duszona w jarzynach D01, D02, D03, D05, D11, D12</b>	D	Mąka pszenna	10g	G
		Mieszanka 7-składnikowa mrożona	50g	-
		Mleko 2%	10g	M
		Miruna mrożona ( bez skóry)	99g	R
<b>Ziemniaki z koperkiem D01, D02, D03, D05, D11, D12</b>	G	Włoszczyzna mrożona	25g	SEL
		Ziemniaki	254g	-
		Koper świeży	2g	-
<b>Surówka z kapusty kiszonej z olejem D01, D02, D03</b>	BO	Masło 82%	2g	M
		Kapusta kiszona	70g	-
		Marchew świeża	22g	-
		Jabłko świeże	18g	-
<b>Marchew na ciepło D05, D11, D12</b>	G	Olej rzepakowy	5ml	-
		Marchew mrożona	110g	-
		Mieszanka kompotowa mrożona	12g	-
		Wiśnia mrożona	6g	-
<b>Kompot owocowo- wiśniowy D01, D02, D03, D05, D11, D12</b>	G	Przyprawy [majeranek, lubyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
<b>KOLACJA</b> Salatka z buraka czerwonego, chleb, masło, herbata D01, D02, D03	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Buraki czerwone świeże	75g	-
		Ogórek kiszony	20g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
		Jaja kurze	59g	J
		Jogurt grecki	7g	M
		Majonez roślinny	6g	GOR
<b>Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata D05, D11, D12</b>	G	Mąka pszenna	30g	G
	G	Jaja kurze	18g	J
		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:

# 26.06.2026r.

## **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:**

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

Sporządził:

Zatwierdził: