

# 27.06.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Pasta z jajka, ogórek świeży, chleb, masło, kawa zbożowa parzona D01	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
<b>Pasta z jajka, rukola świeża, chleb, masło, kawa zbożowa parzona D02, D03</b>	G	Ogórek szklarniowy świeży	50g	-
	G	Rukola świeża	5g	-
		Jaja kurze	70g	J
		Jogurt naturalny 2%	12g	M
		Kawa zbożowa „Kujawianka”	5g	G
<b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata D05, D11, D12</b>	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Jogurt owocowy pitny+ 2 kromki pieczywa chrupkiego D01, D02, D05 D11, D12 (bez pieczywa)	BO	Jogurt owocowy pitny	250ml	M
		Pieczywo chrupkie (typu waza)	12g	G
<b>Jogurt naturalny pitny+ 2 kromki pieczywa chrupkiego D03</b>	BO	Jogurt naturalny pitny	330ml	M
<b>OBIAD</b> Zupa pomidorowa z makaronem nitki D01, D02, D03, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	300ml	-
		Marchew świeża	30g	-
		Pietruszka korzeń świeży	14g	-
		Seler korzeń świeży	12g	SEL
		Por świeży	2g	-
<b>Zupa jarzynowa z makaronem nitki D05</b>	G	Cebula świeża	3g	-
		Mleko 2%	10g	M
		Koncentrat pomidorowy	10g	-
		Makaron pszenny (nitki)	30g	G, J
		Mąka pszenna	10g	G
<b>Bitki wieprzowe w sosie własnym D01, D02, D03, D05, D11, D12</b>	D	Schab wieprzowy surowy	100g	-
		Włoszczyzna mrożona	25g	SEL
		Olej rzepakowy	5ml	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Ziemniaki	254g	-
<b>Ziemniaki D01, D02, D03, D05, D11, D12</b>	G	Masło 82%	2g	M
		Seler korzeń	80g	SEL
<b>Surówka z selera i jabłka z jogurtem D01, D02, D03</b>	BO	Jabłko świeże	29g	-
		Jogurt grecki	20g	M
<b>Dynia na ciepło D05, D11, D12</b>	G	Dynia (kostka) mrożona	110g	-
		Jabłko świeże/ Rabarbar świeży	37g/ 16g	-
<b>Kompot jabłkowo- rabarbarowy z cynamonem D01, D02, D03, D05, D11, D12</b>	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek świeży, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
<b>KOLACJA</b> Pierś z indyka, szpinak świeży, chleb, masło, herbata D01, D02, D03, D05	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Pierś z indyka (wędlina)	70g	SOJ
		Szpinak baby świeży	5g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
<b>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata D11, D12</b>	G	Mleko 2%	400ml	M
	G	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:

# 27.06.2026r.

## **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: