

29.06.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata D01, D02, D05, D11, D12	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Tuńczyk w sosie własnym	60g	R
Tuńczyk w sosie własnym, ogórek świeży, chleb, masło, bawarka D03+Rehabilitacja	G	Ogórek świeży	30g	-
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml/ 130ml	M
		Herbata	230ml/ 100ml	-
II ŚNIADANIE Sok owocowy D01, D02, D05, D11, D12	BO	Sok owocowy	330ml	-
Jabłko świeże D03	BO	Jabłko świeże	150g	-
OBIAD Barszcz czerwony z puree ziemniaczanym, jajkiem i soczewicą czerwoną D01, D03	G	Kości drobiowe (wywar)	250ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń świeży	11g	-
		Seler korzeń świeży	9g	SEL
		Por świeży	2g	-
Barszcz czerwony z puree ziemniaczanym D02, D05, D11, D12	G	Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Buraki czerwone świeże	75g	-
		Koncentrat buraczany	6ml	-
		Ziemniaki/ Mleko 2%	117g/ 10ml	-/ M
Zapiekanka z makaronem pełnoziarnistym z jarzynami i mięsem drobiowym z sosem beszamelowym D01, D03	G PA	Jaja kurze	30g	J
		Mąka pszenna	10g	G
		Mleko 2%	10ml	M
		Soczewica czerwona	10g	-
		Makaron pełnoziarnisty (świderki)	70g	G
Zapiekanka z makaronem pszennym z jarzynami i mięsem drobiowym z sosem beszamelowym D02	G PA	Makaron pszenny (świderki)	70g	G
		Mieszanka 7-składnikowa mrożona	75g	SEL
		Włoszczyzna mrożona	25g/ 100g	SEL
		Kukurydza konserwowa	9g	-
		Groszek konserwowy	10g	-
Zapiekanka z makaronem pszennym z włoszczyzną i mięsem drobiowym D05, D11, D12	G PA	Filet drobiowy (mięso surowe)	70g	-
		Olej rzepakowy	5ml	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Mąka pszenna	10g	G
		Masło 82%	10g	M
Kompot owocowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Mieszanka kompotowa	25g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
KOLACJA Szynka drobiowa, sałata strzypiasta, 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
		Szynka drobiowa (wędlina)	70g	SOJ
		Sałata strzypiasta świeża	35g	-
		Kawa zbożowa rozpuszczalna „Inka”	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata D11, D12	G G	Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	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:

29.06.2026r.

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: