

30.06.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Twarożek, miód naturalny, chleb, masło, kakao D01, D02, D05	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały półtłusty	70g	M
		Jogurt naturalny 2%	12g	M
Twarożek z ziołami, papryka czerwona, chleb, masło, kakao D03	G	Miód naturalny	25g	-
		Zioła prowansalskie	-	-
		Papryka czerwona świeża	30g	-
		Kakao	2g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata D11, D12	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Płatki jęczmienne	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Budyń czekoladowy D01, D02, D03(bez cukru) D05, D11, D12	G	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Budyń czekoladowy	13g	-
OBIAD Zupa krem brokułowa z grzankami D01, D02, D03, D11, D12	G	Cukier biały	3g	-
		Kości drobiowe (wywar)	200ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń świeży	10g	-
Zupa krem jarzynowa z grzankami D05	G	Por świeży	2g	-
		Cebula świeża	3g	-
		Seler korzeń świeży	9g	SEL
Wątróbka z warzywami w sosie własnym- D01, D02, D03	D	Mąka pszenna	10g	G
		Ziemiaki	78g	-
		Brokuł mrożony	75g	-
Mięso drobiowe duszone w sosie własnym- D05, D11, D12	D	Śmietanka 30%	5ml	M
		Ser topiony	3g	M
		Bułka pszenna czerstwa	30g	G
Ziemniaki z koperkiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Wątróbka drobiowa (mięso surowe)	110g	-
		Włoszczyzna mrożona	25g	SEL
		Mąka pszenna	10g	G
Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem D01, D02, D03	BO	Mleko 2%	10 ml	M
		Olej rzepakowy	5ml	-
		Filet drobiowy (mięso surowe)	100g	-
		Ziemiaki/ Koper świeży	254g/ 2g	-
		Masło 82%	2g	M
		Włoszczyzna mrożona	110g	-
Włoszczyzna na ciepło D05, D11, D12	G	Kapusta pekińska świeża	70g	-
		Marchew świeża	22g	-
		Jabłko świeże	18g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Jogurt grecki	20g	-
		Jabłko świeże	50g	-
		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
KOLACJA Salatka z kaszy jęczmiennej, chleb, masło, herbata D01, D02(bez papryki), D03	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Kasza jęczmienna	20g	G
		Filet drobiowy (mięso surowe)	38g	-
		Olej rzepakowy	5ml	-
		Papryka czerwona świeża	30g	-
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G	Ogórek kiszony	16g	-
		Kukurydza konserwowa	7g	-
		Ryż biały	30g	-
		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:

30.06.2026r.

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: