

03.08.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pierś z indyka, szpinak świeży, chleb, masło, kawa zbożowa parzona D01, D02, D03, D05	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Pierś z indyka (wędlina)	70g	SOJ
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata D11, D12	G	Szpinak baby świeży	5g	-
	G	Mleko 2%	230ml	M
		Kawa zbożowa „Kujawianka”	5g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Kasza manna	30g	-
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Kisiel cytrynowy D01, D02, D03 (bez cukru), D05, D11, D12	G	Kisiel cytrynowy	13g	-
		Cukier kryształ	3g	-
OBIAD Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	250ml	-
		Włoszczyzna mrożona	50g	SEL
		Ziemniaki	117g	-
		Cebula świeża	3g	-/-
		Mleko 2%	10ml	M
		Mąka pszenna	10g	G
Naleśniki z serem i dżemem D01, D02	S	Filet drobiowy (mięso surowe)	38g	-
		Mleko 2%	140ml	M
		Mąka pszenna	70g	G
Makaron pszenny z mięsem drobiowym w sosie własnym z warzywami- D05, D11, D12	G	Cukier kryształ biały	5g	-
	D	Jaja kurze	12g	J
		Cukier wanilinowy	1g	-
Makaron pełnoziarnisty z mięsem drobiowym w sosie własnym z warzywami- D03	G	Olej rzepakowy	10ml	-
	D	Twaróg biały półtłusty	60g	M
		Dżem owocowy	17g	-
		Makaron pszenny świderki	70g	G
Jabłko świeże/ gotowane D01, D03/ D02, D05	BO/ G	Makaron pełnoziarnisty świderki	70g	G
		Filet drobiowy (mięso surowe)	95g	-
		Marchew świeża	22g	
		Pietruszka korzeń świeży	14g	
		Seler korzeń świeży	12g	
		Cebula świeża	4g	-/-
		Por świeży	6g	
		Olej rzepakowy	5ml	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
		Porzeczka czarna mrożona	6g	-
Kompot owocowo-porzeczkowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	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 Paprykarz, ogórek kiszony, chleb, masło, herbata D01, D02, D03	G G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Ryż biały	30g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	43g	R
		Włoszczyzna mrożona	25g	SEL
		Olej rzepakowy	5ml	-
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G	Ogórek kiszony	30g	-
	G	Kasza kuskus	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:

03.08.2026r.

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

Bl.- 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/Bl.=>/=25g

Sporządził:

Zatwierdził: