

12.07.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Twarożek naturalny, dżem owocowy, chleb, masło, kawa zbożowa parzona D01, D02, D05	G G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały półtłusty	70g	M
Twarożek ze szczypiorkiem, papryka czerwona, chleb, masło, kawa zbożowa parzona D03	G G	Jogurt naturalny 2%	12g	M
		Dżem owocowy- 1 szt.	25g	-
		Twaróg biały półtłusty	70g	M
		Jogurt naturalny 2%	12g	M
		Szczypior świeży	1g	-
Zupa mleczna z kaszą jagłaną, chleb, masło, herbata D11, D12	G G	Papryka czerwona świeża	30g	-
		Kawa zbożowa „Kujawianka”	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Kasza jagłana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt owocowy D01, D02, D05	BO	Jogurt owocowy	125g	M
Jogurt naturalny D03, D11, D12	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Rosół z ryżem białym D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	400ml	-
		Marchew świeża	33g	-
		Pietruszka korzeń świeży/ Por świeży	21g/ 6g	-/ -
		Seler korzeń świeży	12g	SEL
Gulasz wołowy z warzywami D01, D02, D03	D	Cebula świeża	5g	-
		Natka pietruszki świeża	1g	-
		Ryż biały	30g	-
		Wołowina (mięso surowe)	97g	-
Gulasz drobiowy z warzywami D05, D11, D12	D	Filet drobiowy (mięso surowe)	110g	-
		Włoszczyzna mrożona	50g	SEL
		Mąka pszenna	10g	G
Ziemniaki z koperkiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Olej rzepakowy	5g	-
		Ziemniaki	254g	-
		Koper świeży	2g	-
Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem D01, D02, D03	BO	Masło 82%	2g	M
		Kapusta pekińska świeża	63g	SEL
		Marchew świeża	22g	-
Marchew na ciepło D05, D11, D12	G	Jabłko świeże	18g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Marchew kostka mrożona	110g	-
		Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
Kompot owocowy 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,
KOLACJA Salatka z makaronem w kształcie ryżu, chleb, masło, herbata D01, D02 (bez papryki), D03	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Makaron pszenny w kształcie ryżu	30g	G
		Papryka czerwona świeża	17g	-
		Kukurydza konserwowa	7g	-
		Groszek konserwowy	7g	-
		Ogórek kiszony	20g	-
		Jaja kurze	18g	J
		Szynka wieprzowa (wędlina)	29g	SOJ
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G G	Jogurt grecki	7g	M
		Majonez roślinny	6g	GOR
		Szczypior świeży	1g	-
		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:

12.07.2026r.

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: