

19.07.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasztet drobiowo-wieprzowy, rukola, 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
		Pasztet drobiowo- wieprzowy	70g	GOR
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G	Rukola świeża	5g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt pitny owocowy D01, D02, D05, D11, D12	BO	Jogurt pitny owocowy	250ml	M
Jogurt pitny naturalny D03	BO	Jogurt pitny naturalny	330ml	M
OBIAD Rosół z makaronem nitki D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	400ml	-
		Marchew świeża	33g	-
		Pietruszka korzeń świeży	21g	-
		Seler korzeń świeży	12g	SEL
Kotleciki siekane D01, D02, D03, D05, D11, D12	D	Por świeży	6g	-
		Cebula świeża	5g	-
		Natka pietruszki świeża	1g	-
		Makaron pszenny nitki	30g	G, J
Ziemniaki z koperkiem D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Filet drobiowy (mięso surowe)	95g	-
		Skrobia ziemniaczana	10g	G
		Jaja kurze	6g	J
		Włoszczyzna mrożona	25g	SEL
Surówka z kapusty pekińskiej i pomidora z olejem D01, D02, D03	BO	Olej rzepakowy	5ml	-
		Ziemniaki	254g	-
		Koper świeży	2g	-
		Masło 82%	2g	M
		Kapusta pekińska świeża	79g	-
Dynia na ciepło D05, D11, D12	G	Pomidor świeży	48g	-
		Olej rzepakowy	5ml	-
		Dynia kostka mrożona	110g	-
Kompot truskawkowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Truskawka mrożona	38g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
KOLACJA Pasta z sera białego, miód 2x25g, chleb, masło, bawarka D01, D02, D05	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały półtłusty	70g	M
Pasta z sera białego, rzodkiewka, chleb, masło, bawarka D03	G	Jogurt naturalny 2%	12g	M
		Rzodkiewka świeża	20g	-
		Miód naturalny	2x25g	-
		Mleko 2%	230ml	M
		Herbata	100ml	-
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata D11, D12	G	Kasza kuskus	30g	G
	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:

19.07.2026r.

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: