

23.07.2026r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Plaster sera białego, kasza kuskus na mleku z jabłkiem na słodko, chleb, masło, kawa zbożowa parzona D01, D02, D05	G G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	40-80g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Kasza kuskus	20g	G
		Mleko 2%	80ml	M
Konserwa rybna, pomidor, chleb, masło, kawa zbożowa parzona D03	G	Cukier biały kryształ	3g	-
		Jabłko świeże	100g	-
		Twaróg biały półtłusty	50g	M
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata D11, D12	G G	Pomidor świeży	50g	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Kawa zbożowa „Kujawianka”	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń czekoladowy D01, D02, D03 (bez cukru), D05, D11, D12	G	Mleko 2%	200ml	M
		Budyń czekoladowy	13g	G
		Cukier kryształ	3g	-
OBIAD Zupa koperkowa z jarzynami i makaronem świderki D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Kości drobiowe (wywar)	300ml	-
		Marchew świeża	22g	-
		Pietruszka korzeń świeży	10g	-
		Seler korzeń świeży	9g	SEL
		Por świeży	2g	-
		Cebula świeża	3g	-
Gulasz wieprzowy z jarzynami w sosie własnym D01, D02, D03	D	Mleko 2% tł.	10g	M
		Mąka pszenna	10g	G
		Mieszanka 7-składnikowa mrożona	50g	SEL
		Koper świeży	5g	-
Gulasz drobiowy z jarzynami w sosie własnym D05, D11, D12	D	Makaron pszenny świderki	30g	G, J
		Schab wieprzowy (mięso surowe)	102g	-
		Filet drobiowy (mięso surowe)	105g	-
		Włoszczyzna mrożona	50g	SEL
Kopytka D01, D02	G	Mąka pszenna	10g	G
		Olej rzepakowy	5ml	-
		Ziemniaki	156g	-
Ziemniaki D03, D05, D11, D12	G	Skrabia ziemniaczana	20g	-
		Jaja kurze	12g	J
		Mąka pszenna	30g	G
Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem D01, D02, D03	BO	Ziemniaki	254g	-
		Masło 82% tł.	6g	M
		Marchew świeża	81g	-
Włoszczyzna na ciepło D05, D11, D12	G	Jabłko świeże	29g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Włoszczyzna mrożona	110g	SEL
Kompot owocowy D01, D02, D03, D05, D11, D12	G	Mieszanka kompotowa mrożona	25g	-
		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 Szynka drobiowa, szpinak świeży, chleb, masło, herbata D01, D02, D03	G	Chleb pszenny	30-100g	G
		Chleb graham	40-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Szynka drobiowa	70g	SOJ
		Szpinak baby świeży	5g	-
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata D05, D11, D12	G G	Kasza jagłana	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/Bl.=>/=25g

Sporządził:

Zatwierdził:

23.07.2026r.

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: