

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: d. o kont zaw kw tł
na dzień: 2026-02-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: Zacierka na mleku 200g M (1, 7), Chleb graham 100g (1, 3), Masło roślinne 10g , Herbata z cukrem 250ml M ,
sałata 10g. , Szynka konserwowa 50 ,

2. śniadanie: Jabłko 150g. ,

Obiad: Krupnik 400ml (1, 7, 9), Kielbasa w kapuście 200 M (1), Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 200g ,

Kolacja: Chleb graham 100g (1, 3), Herbata z cukrem 250ml M , Kasza kukurydziana na mleku 200g M (7), Masło
roślinne 10g , polędwica drobiowa 50g , Warzywa cukrz kol 100 M , Papryka 50g. ,

Posiłek nocny: Sok pomidorowy M ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	491,60000000	26,20000000	13,30000000	5,00000000	0,00000000	70,20000000	6,80000000
2	2. śniadanie	75,00000000	0,60000000	0,60000000	0,10000000	0,00000000	18,10000000	3,00000000
3	Obiad	894,40000000	31,80000000	34,10000000	7,90000000	0,00000000	122,20000000	14,40000000
4	Kolacja	625,50000000	29,00000000	16,50000000	4,40000000	0,00000000	94,80000000	11,00000000
5	Posiłek nocny	36,00000000	1,60000000	0,40000000	0,10000000	0,00000000	7,60000000	2,20000000
6	Cały jadłospis	2122,60000000	89,20000000	65,00000000	17,40000000	0,00000000	313,00000000	37,30000000
7	Różnica:	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000

Materiały do przygotowania posiłków:

Lp	Opis	Jm						Ilość całkowita
			Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	
1	Cukier	g	5,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	10,00000000
2	Herbata granulowana	g	1,000000000	0,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	2,000000000
3	Herbata owocowa	g	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
4	Kasza jęczmienna	g	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000
5	kaszka kukurydziana	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000
6	Mąka pszenna typ 500	g	10,00000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000
7	Sok pomidorowy	ml	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	200,0000000	200,0000000
8	Sól	g	0,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	0,000000000	1,000000000
9	jajka świeże	szt	0,100000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,100000000
10	Kielbasa Zwyczajna	g	0,000000000	0,000000000	100,0000000	0,000000000	0,000000000	100,0000000
11	POLĘDWICA MIODOWA	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	50,00000000
12	Szynka konserwowa	g	50,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	50,00000000
13	Brokuły mrożone	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000
14	Fasolka szparagowa mrożona	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000
15	Kalafor mrożony	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000
16	Mleko 2%	g	170,0000000	0,000000000	0,000000000	170,0000000	0,000000000	340,0000000
17	Śmietana 18%	g	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
18	Jabłka	g	0,000000000	150,0000000	40,00000000	0,000000000	0,000000000	190,0000000

19	Chleb gracham	g	100,0000000	0,000000000	0,000000000	100,0000000	0,000000000	200,0000000
20	Majeranek	g	0,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	0,000000000	1,000000000
21	Pieprz ziółowy	g	0,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	0,000000000	1,000000000
22	Masło roślinne 500g	g	10,00000000	0,000000000	10,00000000	10,00000000	0,000000000	30,00000000
23	Olej	g	0,000000000	0,000000000	15,00000000	5,000000000	0,000000000	20,00000000
24	Cebula	g	0,000000000	0,000000000	30,00000000	0,000000000	0,000000000	30,00000000
25	Kapusta biała	g	0,000000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	0,000000000	50,00000000
26	Kapusta kiszona vat 5%	g	0,000000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	0,000000000	50,00000000
27	Koper świeży zielony	g	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
28	Marchew	g	0,000000000	0,000000000	30,00000000	0,000000000	0,000000000	30,00000000
29	Papryka świeża	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	60,00000000	0,000000000	60,00000000
30	Pietruszka	g	0,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
31	Por	g	0,000000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
32	Salata	g	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
33	Seler	g	0,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
34	Ziemniaki	g	0,000000000	0,000000000	394,0000000	50,00000000	0,000000000	444,0000000

2026-02-04 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: ogólna
na dzień: 2026-02-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: Zacierka na mleku 200g M (1, 7), chleb zwykły 100g (1), Masło roślinne 5 g , Szynka konserwowa 50 , Jabłko 150g. , Ser żółty 30 (7), sałata 10g. ,

Obiad: Kielbasa w kapusie 200 M (1), Kompot 250 M , Krupnik 400ml (1, 7, 9), Ziemniaki gotowane 200g ,

Podwieczorek: Serniczek (7),

Kolacja: Kasza kukurydziana na mleku 200g M (7), Masło roślinne 10g , chleb zwykły 100g (1), Warzywa cukrz kol 100 M , polędwica drobiowa 50g , Papryka 50g. ,

Posiłek nocny: Sok pomidorowy M ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	641,60000000	32,90000000	17,90000000	8,40000000	0,00000000	91,00000000	7,60000000
2	Obiad	874,30000000	31,70000000	34,00000000	7,80000000	0,00000000	117,40000000	13,60000000
3	Podwieczorek	87,40000000	8,50000000	2,70000000	1,60000000	0,00000000	7,30000000	0,00000000
4	Kolacja	627,60000000	26,80000000	16,10000000	4,30000000	0,00000000	97,40000000	8,80000000
5	Posiłek nocny	36,00000000	1,60000000	0,40000000	0,10000000	0,00000000	7,60000000	2,20000000
6	Cały jadłospis	2266,90000000	101,50000000	71,10000000	22,30000000	0,00000000	320,70000000	32,10000000
7	Różnica:	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000

Materiały do przygotowania posiłków:

Lp	Opis	Jm						Ilość całkowita
			Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	
1	Herbata owocowa	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000
2	Kasza jęczmienna	g	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
3	kasza kukurydziana	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
4	Mąka pszenna typ 500	g	10,00000000	10,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
5	Sok pomidorowy	ml	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000	200,00000000
6	Sól	g	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
7	jajka świeże	szt	0,10000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,10000000
8	Kielbasa Zwyczajna	g	0,00000000	100,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	100,00000000
9	POLĘDWICA MIODOWA	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000	0,00000000	50,00000000
10	Szynka konserwowa	g	50,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000
11	Brokuły mrożone	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
12	Fasolka szparagowa mrożona	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
13	Kalafor mrożony	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
14	Jogurt naturalny 150 g M	szt	0,00000000	0,00000000	0,33000000	0,00000000	0,00000000	0,33000000
15	Mleko 2%	g	170,00000000	0,00000000	100,00000000	170,00000000	0,00000000	440,00000000
16	Ser żółty	g	30,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	30,00000000
17	Śmietana 18%	g	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
18	twaróg	g	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000

19	Jablka	g	150,00000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	150,00000000
20	Chleb zwykly	g	100,00000000	0,0000000000	0,0000000000	100,00000000	0,0000000000	200,00000000
21	Majeranek	g	0,0000000000	1,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	1,0000000000
22	Pieprz ziolowy	g	0,0000000000	1,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	1,0000000000
23	Zelatyna spozywcza	g	0,0000000000	0,0000000000	2,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	2,0000000000
24	Maslo roslinne 500g	g	5,0000000000	10,00000000	0,0000000000	10,00000000	0,0000000000	25,00000000
25	Olej	g	0,0000000000	15,00000000	0,0000000000	5,0000000000	0,0000000000	20,00000000
26	Cebula	g	0,0000000000	30,00000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	30,00000000
27	Kapusta biala	g	0,0000000000	50,00000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	50,00000000
28	Kapusta kiszona vat 5%	g	0,0000000000	50,00000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	50,00000000
29	Koper swiezy zielony	g	0,0000000000	2,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	2,0000000000
30	Marchew	g	0,0000000000	30,00000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	30,00000000
31	Papryka swieza	g	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	60,00000000	0,0000000000	60,00000000
32	Pietruszka	g	0,0000000000	15,00000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	15,00000000
33	Por	g	0,0000000000	10,00000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	10,00000000
34	Salata	g	10,00000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	10,00000000
35	Seler	g	0,0000000000	15,00000000	0,0000000000	0,0000000000	0,0000000000	15,00000000
36	Ziemniaki	g	0,0000000000	394,00000000	0,0000000000	50,00000000	0,0000000000	444,00000000

2026-02-04 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: dziecięca
na dzień: 2026-02-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: Zacierka na mleku 200g M (1, 7), bułka bagietka 50g M (1), masło śmietankowe 10g (7), Szynka konserwowa 50 , sałata 10g. , Herbata z cukrem 250ml M , Ser żółty 30 (7),

2. śniadanie: Mandarynka ,

Obiad: Krupnik I 300 M (1, 9), Kompot 250 M , Kotlet drobiowy mielony 90g. gotowany (1, 3), Ziemniaki gotowane 150g , bukiet z warzyw gotowanych 100g ,

Podwieczorek: Serniczek (7),

Kolacja: bułka bagietka 50g M (1), Herbata z cukrem 250ml M , masło śmietankowe 10g (7), polędwica drobiowa 50g , Kasza kukurydziana na mleku 200g M (7), Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

Posiłek nocny: Sok jabłkowy ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	522,40000000	30,40000000	22,50000000	12,90000000	0,00000000	50,40000000	1,30000000
2	2. śniadanie	36,00000000	0,50000000	0,20000000	0,00000000	0,00000000	9,00000000	1,50000000
3	Obiad	797,20000000	40,00000000	19,60000000	4,30000000	0,00000000	121,20000000	13,90000000
4	Podwieczorek	87,40000000	8,50000000	2,70000000	1,60000000	0,00000000	7,30000000	0,00000000
5	Kolacja	440,10000000	21,90000000	13,30000000	7,80000000	0,00000000	58,50000000	2,30000000
6	Posiłek nocny	82,00000000	0,20000000	0,20000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000
7	Cały jadłospis	1965,00000000	101,50000000	58,40000000	26,70000000	0,00000000	266,40000000	18,90000000
8	Różnica:	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000

Materiały do przygotowania posiłków:

Lp	Opis	Jm							Ilość całkowita
			Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	
1	Cukier	g	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	10,00000000
2	Herbata granulowana	g	1,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	2,000000000
3	Herbata owocowa	g	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
4	Kasza jęczmienna	g	0,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
5	kaszka kukurydziana	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000
6	Mąka pszenna typ 500	g	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
7	sok jabłkowy vat 5%	ml	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	200,0000000	200,0000000
8	Sól	g	0,000000000	0,000000000	0,500000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,500000000
9	Korpusy kurczaka	g	0,000000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
10	Mięso gulaszowe indyka	g	0,000000000	0,000000000	120,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	120,0000000
11	jaja płynne 8 %	g	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
12	jajka świeże	szt	0,100000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,100000000
13	POLĘDWICA MIODOWA	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	50,00000000
14	Szynka konserwowa	g	50,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	50,00000000
15	mieszanka królewska	g	0,000000000	0,000000000	110,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	110,0000000

16	Jogurt naturalny 150 g M	szt	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,330000000	0,000000000	0,000000000	0,330000000
17	Mleko 2%	g	170,0000000	0,000000000	0,000000000	100,0000000	170,0000000	0,000000000	440,0000000
18	Ser żółty	g	30,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	30,0000000
19	twaróg	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,0000000	0,000000000	0,000000000	10,0000000
20	Jabłka	g	0,000000000	0,000000000	40,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	40,0000000
21	Mandarynka	g	0,000000000	80,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	80,0000000
22	Bułka tarta	g	0,000000000	0,000000000	15,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,0000000
23	Bułka wyborowa - bagietka	g	50,0000000	0,000000000	20,0000000	0,000000000	50,0000000	0,000000000	120,0000000
24	pieprz naturalny	g	0,000000000	0,000000000	0,500000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,500000000
25	Żelatyna spożywcza	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
26	Masło roślinne 500g	g	0,000000000	0,000000000	15,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,0000000
27	Masło śmietankowe	g	10,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,0000000	0,000000000	20,0000000
28	Olej	g	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
29	Koper świeży zielony	g	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
30	Marchew	g	0,000000000	0,000000000	30,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	30,0000000
31	Ogórki świeże	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	30,0000000	0,000000000	30,0000000
32	Pietruszka	g	0,000000000	0,000000000	10,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,0000000
33	Por	g	0,000000000	0,000000000	3,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	3,000000000
34	Salata	g	10,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,0000000
35	Seler	g	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
36	Ziemniaki	g	0,000000000	0,000000000	333,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	333,0000000

2026-02-04 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: łatwostrawna
na dzień: 2026-02-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: Zacierka na mleku 200g M (1, 7), chleb zwykły 100g (1), Masło roślinne 5 g , Szynka konserwowa 50 , Herbata z cukrem 250ml M , sałata 10g. ,

2. śniadanie: Jabłko 150g. ,

Obiad: Krupnik 400ml (1, 7, 9), Kompot 250 M , Kotlet drobiowy mielony 90g. gotowany (1, 3), Ziemniaki gotowane 200g , bukiet z warzyw gotowanych 100g ,

Podwieczorek: Serniczek (7),

Kolacja: Masło roślinne 10g , Herbata z cukrem 250ml M , Kasza kukurydziana na mleku 200g M (7), chleb zwykły 80g (1), polędwica drobiowa 50g , Warzywa cukrz kol 100 M , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

Posiłek nocny: Sok pomidorowy M ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	491,10000000	24,00000000	10,40000000	4,20000000	0,00000000	77,80000000	4,60000000
2	2. śniadanie	75,00000000	0,60000000	0,60000000	0,10000000	0,00000000	18,10000000	3,00000000
3	Obiad	866,90000000	40,40000000	19,50000000	4,50000000	0,00000000	139,40000000	16,10000000
4	Podwieczorek	87,40000000	8,50000000	2,70000000	1,60000000	0,00000000	7,30000000	0,00000000
5	Kolacja	582,00000000	25,00000000	15,60000000	4,20000000	0,00000000	88,10000000	6,90000000
6	Posiłek nocny	36,00000000	1,60000000	0,40000000	0,10000000	0,00000000	7,60000000	2,20000000
7	Cały jadłospis	2138,30000000	100,10000000	49,20000000	14,80000000	0,00000000	338,30000000	32,70000000
8	Różnica:	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000

Materiały do przygotowania posiłków:

Lp	Opis	Jm							Ilość całkowita
			Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	
1	Cukier	g	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	10,00000000
2	Herbata granulowana	g	1,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	2,000000000
3	Herbata owocowa	g	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
4	Kasza jęczmienna	g	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000
5	kaszka kukurydziana	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000
6	Mąka pszenna typ 500	g	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
7	Sok pomidorowy	ml	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	200,0000000	200,0000000
8	Sól	g	0,000000000	0,000000000	0,500000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,500000000
9	Mięso gulaszowe indyka	g	0,000000000	0,000000000	120,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	120,0000000
10	jaja płynne 8 %	g	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
11	jajka świeże	szt	0,100000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,100000000
12	POŁĘDWICA MIODOWA	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	50,00000000
13	Szynka konserwowa	g	50,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	50,00000000
14	Brokuły mrożone	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000
15	Fasolka szparagowa mrożona	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000

16	Kalaflor mrożony	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000
17	mieszanka królewska	g	0,000000000	0,000000000	110,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	110,0000000
18	Jogurt naturalny 150 g M	szt	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,330000000	0,000000000	0,000000000	0,330000000
19	Mleko 2%	g	170,0000000	0,000000000	0,000000000	100,0000000	170,0000000	0,000000000	440,0000000
20	Śmietana 18%	g	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
21	twaróg	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
22	Jabłka	g	0,000000000	150,0000000	40,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	190,0000000
23	Bułka tarta	g	0,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
24	Bułka wyborowa - bagietka	g	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000
25	Chleb zwykły	g	100,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	80,00000000	0,000000000	180,0000000
26	pieprz naturalny	g	0,000000000	0,000000000	0,500000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,500000000
27	Żelatyna spożywcza	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
28	Masło roślinne 500g	g	5,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	30,00000000
29	Olej	g	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	10,00000000
30	Koper świeży zielony	g	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
31	Marchew	g	0,000000000	0,000000000	30,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	30,00000000
32	Ogórki świeże	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	30,00000000	0,000000000	30,00000000
33	Pietruszka	g	0,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
34	Por	g	0,000000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
35	Salata	g	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
36	Seler	g	0,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
37	Ziemniaki	g	0,000000000	0,000000000	394,0000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	444,0000000

2026-02-04 **Śniadanie**
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Obiad**
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Kolacja**
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: **bezmleczna**
na dzień: **2026-02-04**
dla kuchni: **Kuchnia EŁK**

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: chleb zwykły 100g (1), Masło roślinne 10g , Szyńka konserwowa 50 , Herbata z cukrem 250ml M , zupa płynna b/ml 250 M (9), Jabłko 150g. , sałata 10g. ,

Obiad: Krupnik 400ml (1, 7, 9), Kotlet drobiowy mielony 90g. gotowany (1, 3), Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 200g , bukiet z warzyw gotowanych 100g ,

Kolacja: chleb zwykły 80g (1), Herbata z cukrem 250ml M , Masło roślinne 10g , zupa płynna b/ml 250 M (9), polędwica drobiowa 50g , Warzywa cukrz kol 100 M , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

Posiłek nocny: Sok jabłkowy ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	597,70000000	19,30000000	11,30000000	2,80000000	0,00000000	109,50000000	10,10000000
2	Obiad	866,90000000	40,40000000	19,50000000	4,50000000	0,00000000	139,40000000	16,10000000
3	Kolacja	567,40000000	20,50000000	14,20000000	2,40000000	0,00000000	93,60000000	8,40000000
4	Posiłek nocny	82,00000000	0,20000000	0,20000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000
5	Cały jadłospis	2113,90000000	80,30000000	45,20000000	9,80000000	0,00000000	362,50000000	34,50000000
6	Różnica:	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000

Materiały do przygotowania posiłków:

Lp	Opis	Jm					Ilość całkowita
			Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	
1	Cukier	g	5,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	10,00000000
2	Herbata granulowana	g	1,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	2,000000000
3	Herbata owocowa	g	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
4	Kasza jęczmienna	g	0,000000000	20,00000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000
5	Ryż	g	20,00000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	40,00000000
6	sok jabłkowy vat 5%	ml	0,000000000	0,000000000	0,000000000	200,0000000	200,0000000
7	Sól	g	1,000000000	0,500000000	1,000000000	0,000000000	2,500000000
8	Mięso gulaszowe indyka	g	0,000000000	120,0000000	0,000000000	0,000000000	120,0000000
9	jaja płynne 8 %	g	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
10	POLĘDWICA MIODOWA	g	0,000000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	50,00000000
11	Szyńka konserwowa	g	50,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	50,00000000
12	Brokuły mrożone	g	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000
13	Fasolka szparagowa mrożona	g	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000
14	Kalafor mrożony	g	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	20,00000000
15	mieszanka królewska	g	0,000000000	110,0000000	0,000000000	0,000000000	110,0000000
16	Śmietana 18%	g	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
17	Jabłka	g	150,0000000	40,00000000	0,000000000	0,000000000	190,0000000
18	Bułka tarta	g	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
19	Bułka wyborowa - bagietka	g	0,000000000	20,00000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000
20	Chleb zwykły	g	100,0000000	0,000000000	80,00000000	0,000000000	180,0000000

21	Pieprz ziolowy	g	1,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	2,000000000
22	pieprz naturalny	g	0,000000000	0,500000000	0,000000000	0,000000000	0,500000000
23	Maslo roslinne 500g	g	10,00000000	15,00000000	10,00000000	0,000000000	35,00000000
24	Olej	g	2,000000000	5,000000000	7,000000000	0,000000000	14,00000000
25	Koper swiezzy zielony	g	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
26	Marchew	g	20,00000000	30,00000000	20,00000000	0,000000000	70,00000000
27	Natka pietruszki	g	2,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	4,000000000
28	Ogorki swieze	g	0,000000000	0,000000000	30,00000000	0,000000000	30,00000000
29	Pietruszka	g	5,000000000	15,00000000	5,000000000	0,000000000	25,00000000
30	Por	g	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
31	Salata	g	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
32	Seler	g	5,000000000	15,00000000	5,000000000	0,000000000	25,00000000
33	Ziemniaki	g	50,00000000	394,0000000	100,0000000	0,000000000	544,0000000

2026-02-04 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: cukrzycowa 1500
na dzień: 2026-02-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: Chleb graham 100g (1, 3), Masło roślinne 10g , Herbata bez cukru 250 ml , Szynka konserwowa 50 , salata 10g
2. śniadanie: Jabłko 150g. ,
Obiad: Krupnik 400ml (1, 7, 9), Kielbasa w kapuście 200 M (1), Ziemniaki gotowane 150g , Kompot 250 M ,
Kolacja: Herbata bez cukru 250 ml , Chleb graham 75g (1, 3), Masło roślinne 10g , polędwica drobiowa 50g , Warzywa cukrz kol 100 M , Papryka 50g. ,
Posiłek nocny: Sok pomidorowy M ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	336,60000000	18,10000000	8,80000000	2,60000000	0,00000000	49,50000000	6,50000000
2	2. śniadanie	75,00000000	0,60000000	0,60000000	0,10000000	0,00000000	18,10000000	3,00000000
3	Obiad	841,30000000	30,70000000	34,10000000	7,80000000	0,00000000	109,70000000	13,40000000
4	Kolacja	389,10000000	19,60000000	12,40000000	2,20000000	0,00000000	53,90000000	8,20000000
5	Posiłek nocny	36,00000000	1,60000000	0,40000000	0,10000000	0,00000000	7,60000000	2,20000000
6	Cały jadłospis	1678,00000000	70,50000000	56,20000000	12,90000000	0,00000000	238,90000000	33,30000000
7	Różnica:	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000

Materiały do przygotowania posiłków:

Lp	Opis	Jm						Ilość całkowita
			Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	
1	Herbata granulowana	g	10,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	20,00000000
2	Herbata owocowa	g	0,00000000	0,00000000	2,00000000	0,00000000	0,00000000	2,00000000
3	Kasza jęczmienna	g	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
4	Mąka pszenna typ 500	g	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000
5	Sok pomidorowy	ml	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000	200,00000000
6	Sól	g	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
7	Kielbasa Zwyczajna	g	0,00000000	0,00000000	100,00000000	0,00000000	0,00000000	100,00000000
8	POLĘDWICA MIODOWA	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000	0,00000000	50,00000000
9	Szynka konserwowa	g	50,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000
10	Brokuły mrożone	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
11	Fasolka szparagowa mrożona	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
12	Kalafor mrożony	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
13	Śmietana 18%	g	0,00000000	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
14	Jabłko	g	0,00000000	150,00000000	40,00000000	0,00000000	0,00000000	190,00000000
15	Chleb gracham	g	100,00000000	0,00000000	0,00000000	75,00000000	0,00000000	175,00000000
16	Majeranek	g	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
17	Pieprz ziołowy	g	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
18	Masło roślinne 500g	g	10,00000000	0,00000000	10,00000000	10,00000000	0,00000000	30,00000000
19	Olej	g	0,00000000	0,00000000	15,00000000	5,00000000	0,00000000	20,00000000

20	Cebula	g	0,000000000	0,000000000	30,00000000	0,000000000	0,000000000	30,00000000
21	Kapusta biała	g	0,000000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	0,000000000	50,00000000
22	Kapusta kiszona vat 5%	g	0,000000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	0,000000000	50,00000000
23	Koper świeży zielony	g	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
24	Marchew	g	0,000000000	0,000000000	30,00000000	0,000000000	0,000000000	30,00000000
25	Papryka świeża	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	60,00000000	0,000000000	60,00000000
26	Pietruszka	g	0,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
27	Por	g	0,000000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
28	Salata	g	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
29	Seler	g	0,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
30	Ziemniaki	g	0,000000000	0,000000000	333,0000000	50,00000000	0,000000000	383,0000000

2026-02-04 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: trzustkowa
na dzień: 2026-02-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: zupa płynna b/ml 250 M (9), bułka bagietka 100g M (1), masło śmietankowe 10g (7), Szynka konserwowa 50 , Herbata bez cukru 250 ml ,

Obiad: Krupnik 400ml (1, 7, 9), Kotlet drobiowy mielony 90g. gotowany (1, 3), Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 200g , Buraczki gotowane 150g (1, 7),

Kolacja: bułka bagietka 100g M (1), Herbata bez cukru 250 ml , masło śmietankowe 10g (7), polędwica drobiowa 50g , zupa płynna b/ml 250 M (9),

Posiłek nocny: kanapka z szynką (1, 3, 7),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	550,90000000	20,60000000	14,10000000	6,80000000	0,00000000	87,50000000	4,50000000
2	Obiad	929,30000000	41,20000000	19,50000000	4,60000000	0,00000000	155,40000000	16,10000000
3	Kolacja	537,90000000	21,20000000	12,70000000	6,10000000	0,00000000	87,00000000	4,50000000
4	Posiłek nocny	524,30000000	23,40000000	21,70000000	7,10000000	0,00000000	60,40000000	2,50000000
5	Cały jadłospis	2542,40000000	106,50000000	68,00000000	24,60000000	0,00000000	390,30000000	27,60000000
6	Różnica:	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000

Materiały do przygotowania posiłków:

Lp	Opis	Jm					Ilość całkowita
			Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	
1	Cukier	g	0,00000000	3,00000000	0,00000000	0,00000000	3,00000000
2	Herbata granulowana	g	10,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	20,00000000
3	Herbata owocowa	g	0,00000000	2,00000000	0,00000000	0,00000000	2,00000000
4	Kasza jęczmienna	g	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
5	Mąka pszenna typ 500	g	0,00000000	10,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000
6	papryka konserwowa vat 5%	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	30,00000000	30,00000000
7	Ryż	g	20,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	40,00000000
8	Sól	g	1,00000000	0,50000000	1,00000000	0,00000000	2,50000000
9	Mięso gulaszowe indyka	g	0,00000000	120,00000000	0,00000000	0,00000000	120,00000000
10	jaja płynne 8 %	g	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
11	POLĘDWICA MIODOWA	g	0,00000000	0,00000000	50,00000000	0,00000000	50,00000000
12	Szynka gotowana	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	30,00000000	30,00000000
13	Szynka konserwowa	g	50,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000
14	Mleko 2%	g	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
15	Ser żółty	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	30,00000000	30,00000000
16	Śmietana 18%	g	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
17	Jabłka	g	0,00000000	40,00000000	0,00000000	0,00000000	40,00000000
18	Bułka tarta	g	0,00000000	15,00000000	0,00000000	0,00000000	15,00000000
19	Bułka wyborowa - bagietka	g	100,00000000	20,00000000	100,00000000	0,00000000	220,00000000
20	Kajzerka	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	100,00000000	100,00000000

21	Pieprz ziołowy	g	1,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	2,000000000
22	pieprz naturalny	g	0,000000000	0,500000000	0,000000000	0,000000000	0,500000000
23	Majonez	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,000000000	10,000000000
24	Masło roślinne 500g	g	0,000000000	15,000000000	0,000000000	10,000000000	25,000000000
25	Masło śmietankowe	g	10,000000000	0,000000000	10,000000000	0,000000000	20,000000000
26	Olej	g	2,000000000	5,000000000	2,000000000	0,000000000	9,000000000
27	Buraki	g	0,000000000	150,000000000	0,000000000	0,000000000	150,000000000
28	Koper świeży zielony	g	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
29	Marchew	g	20,000000000	30,000000000	20,000000000	0,000000000	70,000000000
30	Natka pietruszki	g	2,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	4,000000000
31	Ogórki świeże	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	30,000000000	30,000000000
32	Pietruszka	g	5,000000000	15,000000000	5,000000000	0,000000000	25,000000000
33	Por	g	0,000000000	10,000000000	0,000000000	0,000000000	10,000000000
34	Seler	g	5,000000000	15,000000000	5,000000000	0,000000000	25,000000000
35	Ziemniaki	g	50,000000000	394,000000000	50,000000000	0,000000000	494,000000000

2026-02-04 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Jadłospis dla diety: cukrzycowa 1800
na dzień: 2026-02-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zatwierdzam

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: chleb graham 100g (1, 3), Masło roślinne 20g , Herbata bez cukru 250 ml , Szynka konserwowa 50 , sałata 10g. ,
2. śniadanie: Jabłko 150g. ,
Obiad: Kielbasa w kapuście 200 M (1), Krupnik 400ml (1, 7, 9), Ziemniaki gotowane 150g , Kompot 250 M ,
Podwieczorek: Sok pomidorowy M ,
Kolacja: Warzywa cukrz. kol 100 M , Chleb graham 100g (1, 3), Masło roślinne 20g , Herbata bez cukru 250 ml ,
 polędwica drobiowa 50g , Papryka 50g. ,
Posiłek nocny: Sok pomidorowy M ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	381,60000000	18,10000000	13,80000000	4,10000000	0,00000000	49,50000000	6,50000000
2	2. śniadanie	75,00000000	0,60000000	0,60000000	0,10000000	0,00000000	18,10000000	3,00000000
3	Obiad	841,30000000	30,70000000	34,10000000	7,80000000	0,00000000	109,70000000	13,40000000
4	Podwieczorek	36,00000000	1,60000000	0,40000000	0,10000000	0,00000000	7,60000000	2,20000000
5	Kolacja	491,90000000	21,70000000	17,80000000	3,70000000	0,00000000	66,10000000	9,80000000
6	Posiłek nocny	36,00000000	1,60000000	0,40000000	0,10000000	0,00000000	7,60000000	2,20000000
7	Cały jadłospis	1861,80000000	74,20000000	67,10000000	15,90000000	0,00000000	258,60000000	37,10000000
8	Różnica:	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000

Materiały do przygotowania posiłków:

Lp	Opis	Jm							Ilość całkowita
			Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	
1	Herbata granulowana	g	10,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	20,00000000
2	Herbata owocowa	g	0,00000000	0,00000000	2,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	2,00000000
3	Kasza jęczmienna	g	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
4	Mąka pszenna typ 500	g	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000
5	Sok pomidorowy	ml	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000	0,00000000	200,00000000	400,00000000
6	Sól	g	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
7	Kielbasa Zwyczajna	g	0,00000000	0,00000000	100,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	100,00000000
8	POLĘDWICA MIODOWA	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000	0,00000000	50,00000000
9	Szynka konserwowa	g	50,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000
10	Brokuły mrożone	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
11	Fasolka szparagowa mrożona	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
12	Kalafor mrożony	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
13	Śmietana 18%	g	0,00000000	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
14	Jabłko	g	0,00000000	150,00000000	40,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	190,00000000
15	Chleb gracham	g	100,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	100,00000000	0,00000000	200,00000000
16	Majeranek	g	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000

17	Pieprz ziolowy	g	0,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	1,000000000
18	Maslo roslinne 500g	g	20,000000000	0,000000000	10,000000000	0,000000000	20,000000000	0,000000000	50,000000000
19	Olej	g	0,000000000	0,000000000	15,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	20,000000000
20	Cebula	g	0,000000000	0,000000000	30,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	30,000000000
21	Kapusta biala	g	0,000000000	0,000000000	50,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	50,000000000
22	Kapusta kiszona vat 5%	g	0,000000000	0,000000000	50,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	50,000000000
23	Koper swiezzy zielony	g	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
24	Marchew	g	0,000000000	0,000000000	30,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	30,000000000
25	Papryka swieza	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	60,000000000	0,000000000	60,000000000
26	Pietruszka	g	0,000000000	0,000000000	15,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,000000000
27	Por	g	0,000000000	0,000000000	10,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,000000000
28	Salata	g	10,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,000000000
29	Seler	g	0,000000000	0,000000000	15,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,000000000
30	Ziemniaki	g	0,000000000	0,000000000	333,000000000	0,000000000	50,000000000	0,000000000	383,000000000

2026-02-04 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa
na dzień: 2026-02-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: zupa płynna b/ml + mięso (**1, 3, 9**), bułka bagietka 100g M (**1**), masło śmietankowe 10g (**7**), Szynka konserwowa 40M , Herbata z cukrem 250ml M , sałata 10g. , Twaróg krojony 70 g M (**7**),

2. śniadanie: Jabłko 150g. ,

Obiad: Krupnik 400ml (**1, 7, 9**), Kotlet drobiowy mielony 90g. gotowany (**1, 3**), Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 200g , bukiet z warzyw gotowanych 100g ,

Podwieczorek: Serniczek (**7**),

Kolacja: bułka bagietka 100g M (**1**), Herbata z cukrem 250ml M , masło śmietankowe 10g (**7**), Polędwica drobiowa 40 M , zupa płynna b/ml + mięso (**1, 3, 9**), Warzywa cukrz kol 100 M , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

Posilek nocny: Jogurt owocowy 150g (**7**),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	966,90000000	58,00000000	28,80000000	9,20000000	0,00000000	122,90000000	8,10000000
2	2. śniadanie	75,00000000	0,60000000	0,60000000	0,10000000	0,00000000	18,10000000	3,00000000
3	Obiad	866,90000000	40,40000000	19,50000000	4,50000000	0,00000000	139,40000000	16,10000000
4	Podwieczorek	87,40000000	8,50000000	2,70000000	1,60000000	0,00000000	7,30000000	0,00000000
5	Kolacja	996,20000000	47,00000000	32,50000000	8,80000000	0,00000000	134,00000000	10,20000000
6	Posilek nocny	61,00000000	3,70000000	1,50000000	0,90000000	0,00000000	8,20000000	0,30000000
7	Cały jadłospis	3053,30000000	158,20000000	85,60000000	25,10000000	0,00000000	429,90000000	37,70000000
8	Różnica:	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000

Materiały do przygotowania posiłków:

Lp	Opis	Jm							Ilość całkowita
			Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	
1	Cukier	g	15,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	15,00000000	0,00000000	30,00000000
2	Herbata granulowana	g	1,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	2,00000000
3	Herbata owocowa	g	0,00000000	0,00000000	2,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	2,00000000
4	Kasza jęczmienna	g	40,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	40,00000000	0,00000000	100,00000000
5	Sól	g	0,00000000	0,00000000	0,50000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,50000000
6	Mięso gulaszowe indyka	g	0,00000000	0,00000000	120,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	120,00000000
7	Piersi kurczaka	g	80,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	80,00000000	0,00000000	160,00000000
8	jaja gotowane	szt	0,50000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,50000000	0,00000000	1,00000000
9	jaja płynne 8 %	g	0,00000000	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
10	POLĘDWICA MIODOWA	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	40,00000000	0,00000000	40,00000000
11	Szynka konserwowa	g	40,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	40,00000000
12	Brokuły mrożone	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
13	Fasolka szparagowa mrożona	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
14	Kalafor mrożony	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
15	mieszanka królewska	g	0,00000000	0,00000000	110,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	110,00000000

16	Jogurt naturalny 150 g M	szt	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,330000000	0,000000000	0,000000000	0,330000000
17	jogurt owocowy 125g	szt	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	1,000000000	1,000000000
18	Mleko 2%	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	100,0000000	0,000000000	0,000000000	100,0000000
19	Śmietana 18%	g	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
20	twaróg	g	70,00000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	80,00000000
21	Jabłko	g	0,000000000	150,0000000	40,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	190,0000000
22	Bułka tarta	g	0,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
23	Bułka wyborowa - bagietka	g	100,0000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	100,0000000	0,000000000	220,0000000
24	pieprz naturalny	g	0,000000000	0,000000000	0,500000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,500000000
25	Żelatyna spożywcza	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
26	Masło roślinne 500g	g	0,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
27	Masło śmietankowe	g	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	20,00000000
28	Olej	g	10,00000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	30,00000000
29	Koper świeży zielony	g	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
30	Marchew	g	40,00000000	0,000000000	30,00000000	0,000000000	40,00000000	0,000000000	110,0000000
31	Ogórki świeże	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	30,00000000	0,000000000	30,00000000
32	Pietruszka	g	15,00000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	45,00000000
33	Por	g	0,000000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
34	Salata	g	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
35	Seler	g	15,00000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	45,00000000
36	Ziemniaki	g	50,00000000	0,000000000	394,0000000	0,000000000	100,0000000	0,000000000	544,0000000

2026-02-04 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-02-04 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Oznaczenia

- 1 - Zboża zawierające gluten ,
- 2 - Skorupiaki i pochodne,
- 3 - Jaja i pochodne,
- 4 - Ryby i pochodne,
- 5 - Orzeszki ziemne i pochodne,
- 6 - Soja i pochodne,
- 7 - Mleko i pochodne,
- 8 - Orzechy,
- 9 - Seler i pochodne,
- 10 - Gorczyca i pochodne,
- 11 - Nasiona sezamu i pochodne,
- 12 - Dwutlenek siarki, siarczyny,
- 13 - Łubin i pochodne,
- 14 - Mięczaki i pochodne,

