

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: d. o kont zaw kw tł
na dzień: 2026-01-13
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: makaron na mleku 200g M (1, 3, 7), Chleb graham 100 M (1), Masło roślinne 10 M , polędwica drobiowa 50g ,
Herbata z cukrem 250ml M , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

2. śniadanie: Jogurt naturalny 200g (7),

Obiad: Pieczarkowa 400ml. (1, 7, 9), Udko pieczone 100g M , Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 200 M , Sałatka wiosenna dieta 80 M ,

Kolacja: Rzodkiewka M , pomidor 50g , Herbata 250ml , polędwica sopocka 50g. , Kasza manna na mleku 200 g M (1, 7), Masło roślinne 10 M , Chleb graham 100 M (1), sałata 10g. ,

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	Sacharoza
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	529,50000000	24,70000000	10,80000000	85,80000000	233,90000000	75,40000000	2,00000000	4,10000000
2	2. śniadanie	72,00000000	4,30000000	2,00000000	9,20000000	170,00000000	17,00000000	0,10000000	1,00000000
3	Obiad	957,10000000	45,80000000	40,10000000	109,30000000	94,80000000	173,80000000	5,40000000	69,80000000
4	Kolacja	609,50000000	25,10000000	12,10000000	103,20000000	240,90000000	67,10000000	2,50000000	16,60000000
5	Posiłek nocny	36,00000000	1,60000000	0,40000000	7,60000000	16,00000000	18,00000000	1,00000000	33,00000000
6	Cały jadłospis	2204,10000000	101,50000000	65,40000000	315,10000000	755,60000000	351,40000000	10,90000000	124,40000000
7	Różnica:	0,00000000	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	5,00000000	3,00000000	2,00000000	20,00000000	0,00000000	30,00000000
2	Herbata granulowana	g	1,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	2,00000000
3	Herbata owocowa	g	0,00000000	0,00000000	2,00000000	0,00000000	0,00000000	2,00000000
4	Kasza manna	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
5	makaron świderki vat 5%	g	20,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
6	Mąka pszenna typ 500	g	0,00000000	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
7	Sok pomidorowy	ml	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000	200,00000000
8	Sól	g	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
9	Udko kurczaka	g	0,00000000	0,00000000	200,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000
10	POLĘDWICA MIODOWA	g	50,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000
11	Polędwica sopocka	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000	0,00000000	50,00000000
12	Jogurt naturalny 150 g M	szt	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
13	Mleko 2%	g	170,00000000	0,00000000	0,00000000	170,00000000	0,00000000	340,00000000
14	Śmietana 18%	g	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
15	Jabłka	g	0,00000000	0,00000000	40,00000000	0,00000000	0,00000000	40,00000000
16	Chleb zwykły	g	100,00000000	0,00000000	0,00000000	100,00000000	0,00000000	200,00000000
17	Masło roślinne 500g	g	10,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	20,00000000

18	Olej	g	0,000000000	0,000000000	15,000000000	0,000000000	0,000000000	15,000000000
19	Marchew	g	0,000000000	0,000000000	30,000000000	0,000000000	0,000000000	30,000000000
20	Ogórki świeże	g	30,000000000	0,000000000	10,000000000	0,000000000	0,000000000	40,000000000
21	Pieczarki	g	0,000000000	0,000000000	40,000000000	0,000000000	0,000000000	40,000000000
22	Pomidory	g	0,000000000	0,000000000	20,000000000	50,000000000	0,000000000	70,000000000
23	Por	g	0,000000000	0,000000000	3,000000000	0,000000000	0,000000000	3,000000000
24	Rzodkiewka	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,000000000	0,000000000	10,000000000
25	Salata	g	0,000000000	0,000000000	60,000000000	10,000000000	0,000000000	70,000000000
26	Seler	g	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
27	Ziemniaki	g	0,000000000	0,000000000	444,0000000	0,000000000	0,000000000	444,0000000

2026-01-13 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

**Jadłospis dla diety: ogólna
na dzień: 2026-01-13
dla kuchni: Kuchnia EŁK**

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: polędwica drobiowa 50g , makaron na mleku 200g M (1, 3, 7), chleb zwykły 100g M (1), Masło roślinne 10 M , Herbata z cukrem 250ml M , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

Obiad: Pieczarkowa 400ml. (1, 7, 9), Udko pieczone 100g M , Kompot 250 M , Salatką wiosenna dieta 80 M , Ziemniaki gotowane - 150g - M ,

Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem ,

Kolacja: Rzodkiewka M , Kasza manna na mleku 200 g M (1, 7), Herbata 250ml , polędwica sopocka 50g. , sałata 10g. , chleb zwykły 100g M (1), Masło roślinne 10 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	Sacharoza
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	529,50000000	24,70000000	10,80000000	85,80000000	233,90000000	75,40000000	2,00000000	4,10000000
2	Obiad	904,10000000	44,70000000	40,00000000	96,80000000	92,30000000	159,80000000	5,00000000	63,00000000
3	Podwieczorek	124,10000000	0,10000000	0,10000000	30,90000000	3,70000000	1,20000000	0,10000000	1,90000000
4	Kolacja	600,00000000	24,70000000	11,90000000	101,10000000	236,40000000	63,10000000	2,20000000	5,10000000
5	Posiłek nocny	36,00000000	1,60000000	0,40000000	7,60000000	16,00000000	18,00000000	1,00000000	33,00000000
6	Cały jadłospis	2193,60000000	95,80000000	63,30000000	322,30000000	582,40000000	317,60000000	10,30000000	107,10000000
7	Różnica:	0,00000000	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	Cukier	g	5,00000000	2,00000000	10,00000000	20,00000000	0,00000000	37,00000000
2	Herbata granulowana	g	1,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	2,00000000
3	Herbata owocowa	g	0,00000000	2,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	2,00000000
4	Kasza manna	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
5	kisiel vat 5%	g	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
6	makaron świderki vat 5%	g	20,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
7	Mąka pszenna typ 500	g	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
8	Sok pomidorowy	ml	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000	200,00000000
9	Sól	g	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
10	Udko kurczaka	g	0,00000000	200,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000
11	POLĘDWICA MIODOWA	g	50,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000
12	Polędwica sopocka	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000	0,00000000	50,00000000
13	Mleko 2%	g	170,00000000	0,00000000	0,00000000	170,00000000	0,00000000	340,00000000
14	Śmietana 18%	g	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
15	Jabłka	g	0,00000000	40,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	60,00000000
16	Chleb zwykły	g	100,00000000	0,00000000	0,00000000	100,00000000	0,00000000	200,00000000
17	Masło roślinne 500g	g	10,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	20,00000000

18	Olej	g	0,000000000	15,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000
19	Marchew	g	0,000000000	30,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	30,00000000
20	Ogórki świeże	g	30,00000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	40,00000000
21	Pieczarki	g	0,000000000	40,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	40,00000000
22	Pomidory	g	0,000000000	20,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000
23	Por	g	0,000000000	3,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	3,000000000
24	Rzodkiewka	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	10,00000000
25	Salata	g	0,000000000	60,00000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	70,00000000
26	Seler	g	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
27	Ziemniaki	g	0,000000000	383,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	383,0000000

2026-01-13 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: dziecięca
na dzień: 2026-01-13
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: makaron na mleku 200g M (1, 3, 7), bułka bagietka 50g M (1), masło śmietankowe 10g (7), polędwica drobiowa 50g , Herbata z cukrem 250ml M , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

2. śniadanie: banan 120g. ,

Obiad: Ryżowa z zieleciną 400g (9), Udko gotowane 70g M , Kompot 250 M , Marchewka gotowana 150g (1), Ziemniaki gotowane - 150g - M ,

Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem ,

Kolacja: Polędwica sopocka 40 g M , Kasza manna na mleku 200 g M (1, 7), Pomidor 40 M , masło śmietankowe 17g (7), bułka bagietka 50g M (1), Herbata z cukrem 250ml 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	Sacharoza
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	442,80000000	22,70000000	13,60000000	58,50000000	226,00000000	55,50000000	1,30000000	4,10000000
2	2. śniadanie	116,40000000	1,20000000	0,40000000	28,20000000	7,20000000	39,60000000	0,50000000	10,80000000
3	Obiad	707,40000000	26,20000000	26,30000000	97,70000000	92,70000000	111,40000000	3,50000000	35,30000000
4	Podwieczorek	124,10000000	0,10000000	0,10000000	30,90000000	3,70000000	1,20000000	0,10000000	1,90000000
5	Kolacja	370,50000000	20,60000000	6,10000000	59,50000000	223,80000000	43,00000000	1,50000000	10,90000000
6	Posiłek nocny	82,00000000	0,20000000	0,20000000	20,00000000	18,00000000	10,00000000	0,40000000	4,60000000
7	Cały jadłospis	1843,10000000	71,00000000	46,60000000	294,90000000	571,40000000	260,70000000	7,30000000	67,70000000
8	Różnica:	0,00000000	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	5,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000	5,00000000	0,00000000	20,00000000
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 manna	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
5	kisiel vat 5%	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
6	makaron świderki vat 5%	g	20,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
7	Mąka pszenna typ 500	g	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000
8	Ryż	g	0,00000000	0,00000000	30,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	30,00000000
9	sok jabłkowy vat 5%	ml	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000	200,00000000
10	Udko kurczaka	g	0,00000000	0,00000000	100,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	100,00000000
11	POLĘDWICA MIODOWA	g	50,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000
12	Polędwica sopocka	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	40,00000000	0,00000000	40,00000000
13	Mleko 2%	g	170,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	170,00000000	0,00000000	340,00000000
14	banan	g	0,00000000	120,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	120,00000000
15	Jabłka	g	0,00000000	0,00000000	40,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	60,00000000

16	Bułka wyborowa - bagietka	g	50,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000	0,00000000	100,00000000
17	Masło roślinne 500g	g	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000
18	Masło śmietankowe	g	10,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,01700000	0,00000000	10,01700000
19	Olej	g	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000
20	Marchew	g	0,00000000	0,00000000	180,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	180,00000000
21	Natka pietruszki	g	0,00000000	0,00000000	2,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	2,00000000
22	Ogórki świeże	g	30,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	30,00000000
23	Pomidory	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	40,00000000	0,00000000	40,00000000
24	Por	g	0,00000000	0,00000000	3,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	3,00000000
25	Seler	g	0,00000000	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
26	Ziemniaki	g	0,00000000	0,00000000	223,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	223,00000000

2026-01-13 **Śniadanie**
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Obiad**
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Kolacja**
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

**Jadłospis dla diety: łatwostrawna
na dzień: 2026-01-13
dla kuchni: Kuchnia EŁK**

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: makaron na mleku 200g M (1, 3, 7), chleb zwykły 100g M (1), Masło roślinne 10 M , polędwica drobiowa 50g ,
Herbata z cukrem 250ml M , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,
2. śniadanie: banan 120g. ,
Obiad: Ryżowa z zieleciną 400g (9), Udko gotowane w sosie jogurtowym 120 (1, 7, 9), Kompot 250 M , Sałatka wiosenna dieta 80 M , Ziemniaki gotowane - 150g - M ,
Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem ,
Kolacja: Herbata 250ml , polędwica sopocka 50g. , Kasza manna na mleku 200 g M (1, 7), sałata 10g. , chleb zwykły 100g M (1), Masło roślinne 10 M ,
Posilek 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	Sacharoza
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	529,50000000	24,70000000	10,80000000	85,80000000	233,90000000	75,40000000	2,00000000	4,10000000
2	2. śniadanie	116,40000000	1,20000000	0,40000000	28,20000000	7,20000000	39,60000000	0,50000000	10,80000000
3	Obiad	889,30000000	42,80000000	41,50000000	90,70000000	71,70000000	123,40000000	4,00000000	44,00000000
4	Podwieczorek	124,10000000	0,10000000	0,10000000	30,90000000	3,70000000	1,20000000	0,10000000	1,90000000
5	Kolacja	598,20000000	24,60000000	11,90000000	100,70000000	233,60000000	62,40000000	2,10000000	3,00000000
6	Posilek nocny	82,00000000	0,20000000	0,20000000	20,00000000	18,00000000	10,00000000	0,40000000	4,60000000
7	Cały jadłospis	2339,40000000	93,50000000	64,90000000	356,30000000	568,00000000	312,00000000	9,10000000	68,50000000
8	Różnica:	0,00000000	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	5,00000000	0,00000000	2,00000000	10,00000000	20,00000000	0,00000000	37,00000000
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 manna	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	20,00000000
5	kisiel vat 5%	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
6	makaron świderki vat 5%	g	20,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
7	Mąka pszenna typ 500	g	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000
8	Ryż	g	0,00000000	0,00000000	30,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	30,00000000
9	sok jabłkowy vat 5%	ml	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000	200,00000000
10	Sól	g	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
11	Udko kurczaka	g	0,00000000	0,00000000	200,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000
12	POŁĘDWICA MIODOWA	g	50,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000
13	Polędwica sopocka	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000	0,00000000	50,00000000
14	Jogurt naturalny 150 g M	szt	0,00000000	0,00000000	0,00700000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00700000
15	Mleko 2%	g	170,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	170,00000000	0,00000000	340,00000000

16	banan	g	0,000000000	120,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	120,0000000
17	Jablka	g	0,000000000	0,000000000	40,00000000	20,00000000	0,000000000	0,000000000	60,00000000
18	Chleb zwykly	g	100,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	100,0000000	0,000000000	200,0000000
19	Maslo roslinne 500g	g	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	20,00000000
20	Olej	g	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000
21	Marchew	g	0,000000000	0,000000000	40,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	40,00000000
22	Natka pietruszki	g	0,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
23	Ogorki swieze	g	30,00000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	40,00000000
24	Pomidory	g	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000
25	Por	g	0,000000000	0,000000000	3,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	3,000000000
26	Salata	g	0,000000000	0,000000000	60,00000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	70,00000000
27	Seler	g	0,000000000	0,000000000	8,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	8,000000000
28	Ziemniaki	g	0,000000000	0,000000000	223,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	223,0000000

2026-01-13 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: bezmleczna
na dzień: 2026-01-13
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: chleb zwykły 100g M (1), Masło roślinne 20 , Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper , Herbata z cukrem 250ml M , zupa płynna b/ml 250 M (9), Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

Obiad: Ryżowa z zieleniną 400g (9), Udko gotowane w rosole 100g , Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 200 M , Sałatka wiosenna dieta 80 M ,

Kolacja: Herbata 250ml , chleb zwykły 100g M (1), Masło roślinne 10 M , sałata 10g. , zupa płynna b/ml 250 M (9), polędwica sopocka 50g. ,

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	Sacharoza
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	635,90000000	26,40000000	19,80000000	91,50000000	42,80000000	65,90000000	2,80000000	10,50000000
2	Obiad	823,90000000	34,30000000	36,20000000	94,70000000	61,70000000	121,70000000	3,90000000	50,20000000
3	Kolacja	580,30000000	19,60000000	10,50000000	105,20000000	39,60000000	59,60000000	2,40000000	7,90000000
4	Posiłek nocny	82,00000000	0,20000000	0,20000000	20,00000000	18,00000000	10,00000000	0,40000000	4,60000000
5	Cały jadłospis	2122,10000000	80,50000000	66,70000000	311,40000000	162,10000000	257,10000000	9,40000000	73,20000000
6	Różnica:	0,00000000	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	2,000000000	20,00000000	0,000000000	27,00000000
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	Pieprz ziółowy	g	1,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	2,000000000
5	Ryż	g	20,00000000	30,00000000	20,00000000	0,000000000	70,00000000
6	sok jabłkowy vat 5%	ml	0,000000000	0,000000000	0,000000000	200,0000000	200,0000000
7	Sól	g	1,000000000	1,000000000	1,000000000	0,000000000	3,000000000
8	Udko kurczaka	g	0,000000000	150,0000000	0,000000000	0,000000000	150,0000000
9	Polędwica sopocka	g	0,000000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	50,00000000
10	Szynka konserwowa	g	90,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	90,00000000
11	Jablka	g	0,000000000	40,00000000	0,000000000	0,000000000	40,00000000
12	Chleb zwykły	g	100,0000000	0,000000000	100,0000000	0,000000000	200,0000000
13	Masło roślinne 500g	g	25,00000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	35,00000000
14	Olej	g	2,000000000	20,00000000	2,000000000	0,000000000	24,00000000
15	Koper świeży zielony	g	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
16	Marchew	g	20,00000000	30,00000000	20,00000000	0,000000000	70,00000000
17	Natka pietruszki	g	7,000000000	2,000000000	2,000000000	0,000000000	11,00000000
18	Ogórki świeże	g	30,00000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	40,00000000
19	Pietruszka	g	5,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	10,00000000
20	Pomidory	g	0,000000000	20,00000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000

21	Por	g	0,000000000	3,000000000	0,000000000	0,000000000	3,000000000
22	Salata	g	0,000000000	60,000000000	10,000000000	0,000000000	70,000000000
23	Seler	g	5,000000000	5,000000000	5,000000000	0,000000000	15,000000000
24	Ziemniaki	g	50,000000000	284,0000000	50,000000000	0,000000000	384,0000000

2026-01-13 **Śniadanie**
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Obiad**
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Kolacja**
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Jadłospis dla diety: cukrzycowa 1500
na dzień: 2026-01-13
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zatwierdzam

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: polędwica drobiowa 50g , Chleb graham 80g. (1, 3), Masło roślinne 5 g , Herbata bez cukru-250 ml , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

2. śniadanie: Jogurt naturalny 200g (7),

Obiad: Pieczarkowa 400ml. (1, 7, 9), Udko pieczone 100g M , Ziemniaki gotowane - 150g - M , Kompot 250 M , Sałatka wiosenna dieta 80 M ,

Kolacja: Rzodkiewka M , polędwica sopocka 50g. , Herbata bez cukru-250 ml , Masło roślinne 10 M , Chleb graham 100 M (1), sałata 10g. ,

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	Sacharoza
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	257,50000000	17,10000000	4,50000000	39,80000000	25,60000000	70,00000000	2,10000000	2,40000000
2	2. śniadanie	72,00000000	4,30000000	2,00000000	9,20000000	170,00000000	17,00000000	0,10000000	1,00000000
3	Obiad	904,10000000	44,70000000	40,00000000	96,80000000	92,30000000	159,80000000	5,00000000	63,00000000
4	Kolacja	363,90000000	17,10000000	8,30000000	57,50000000	28,90000000	39,10000000	1,90000000	3,40000000
5	Posiłek nocny	36,00000000	1,60000000	0,40000000	7,60000000	16,00000000	18,00000000	1,00000000	33,00000000
6	Cały jadłospis	1633,50000000	84,80000000	55,20000000	210,90000000	332,90000000	304,00000000	10,00000000	102,80000000
7	Różnica:	0,00000000	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	0,00000000	3,00000000	2,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
2	Herbata granulowana	g	1,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	2,00000000
3	Herbata owocowa	g	0,00000000	0,00000000	2,00000000	0,00000000	0,00000000	2,00000000
4	Mąka pszenna typ 500	g	0,00000000	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
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	Udko kurczaka	g	0,00000000	0,00000000	200,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000
8	POLĘDWICA MIODOWA	g	50,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000
9	Polędwica sopocka	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000	0,00000000	50,00000000
10	Jogurt naturalny 150 g M	szt	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
11	Śmietana 18%	g	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
12	Jabłka	g	0,00000000	0,00000000	40,00000000	0,00000000	0,00000000	40,00000000
13	Chleb gracham	g	80,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	80,00000000
14	Chleb zwykły	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	100,00000000	0,00000000	100,00000000
15	Masło roślinne 500g	g	5,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	15,00000000
16	Olej	g	0,00000000	0,00000000	15,00000000	0,00000000	0,00000000	15,00000000
17	Marchew	g	0,00000000	0,00000000	30,00000000	0,00000000	0,00000000	30,00000000

18	Ogórki świeże	g	30,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	0,00000000	40,00000000
19	Pieczarki	g	0,00000000	0,00000000	40,00000000	0,00000000	0,00000000	40,00000000
20	Pomidory	g	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
21	Por	g	0,00000000	0,00000000	3,00000000	0,00000000	0,00000000	3,00000000
22	Rzodkiewka	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	10,00000000
23	Salata	g	0,00000000	0,00000000	60,00000000	10,00000000	0,00000000	70,00000000
24	Seler	g	0,00000000	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
25	Ziemniaki	g	0,00000000	0,00000000	383,00000000	0,00000000	0,00000000	383,00000000

2026-01-13 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: trzustkowa
na dzień: 2026-01-13
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: zupa płynna b/ml 250 M (9), bułka bagietka 100g M (1), masło śmietankowe 10g (7), Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper , Herbata bez cukru-250 ml ,

Obiad: Ryżowa z zieleciną 400g (9), Udko gotowane w rosole 100g , Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 200 M , Marchewka gotowana 150g (1),

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

Posiłek nocny: Kanapka z wędliną 120g M (1, 3),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól	Sacharoza
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	616,50000000	28,30000000	18,20000000	87,10000000	37,80000000	52,60000000	2,60000000	8,10000000
2	Obiad	840,00000000	35,80000000	31,50000000	110,30000000	99,60000000	136,90000000	4,20000000	42,10000000
3	Kolacja	548,70000000	21,50000000	13,90000000	86,40000000	36,60000000	47,80000000	2,20000000	6,60000000
4	Posiłek nocny	246,50000000	12,60000000	5,10000000	40,10000000	20,90000000	55,40000000	2,10000000	4,60000000
5	Cały jadłospis	2251,70000000	98,20000000	68,80000000	323,80000000	195,00000000	292,60000000	11,20000000	61,40000000
6	Różnica:	0,00000000	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	Herbata granulowana	g	1,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	2,000000000
2	Herbata owocowa	g	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	2,000000000
3	Mąka pszenna typ 500	g	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000
4	Pieprz ziółowy	g	1,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	2,000000000
5	Ryż	g	20,00000000	30,00000000	20,00000000	0,000000000	70,00000000
6	Sól	g	1,000000000	0,000000000	1,000000000	0,000000000	2,000000000
7	Udko kurczaka	g	0,000000000	150,0000000	0,000000000	0,000000000	150,0000000
8	Polędwica sopocka	g	0,000000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	50,00000000
9	Szynka konserwowa	g	90,00000000	0,000000000	0,000000000	30,00000000	120,0000000
10	Jabłko	g	0,000000000	40,00000000	0,000000000	0,000000000	40,00000000
11	Bułka wyborowa - bagietka	g	100,0000000	0,000000000	100,0000000	0,000000000	200,0000000
12	Chleb gracham	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	80,00000000	80,00000000
13	Masło roślinne 500g	g	5,000000000	10,00000000	0,000000000	5,000000000	20,00000000
14	Masło śmietankowe	g	10,00000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	20,00000000
15	Olej	g	2,000000000	10,00000000	2,000000000	0,000000000	14,00000000
16	Koper świeży zielony	g	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
17	Marchew	g	20,00000000	180,0000000	20,00000000	0,000000000	220,0000000
18	Natka pietruszki	g	7,000000000	2,000000000	2,000000000	0,000000000	11,00000000
19	Pietruszka	g	5,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	10,00000000
20	Pomidory	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	20,00000000	20,00000000

21	Por	g	0,000000000	3,000000000	0,000000000	0,000000000	3,000000000
22	Seler	g	5,000000000	5,000000000	5,000000000	0,000000000	15,000000000
23	Ziemniaki	g	50,000000000	284,000000000	50,000000000	0,000000000	384,000000000

2026-01-13 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: cukrzycowa 1800
na dzień: 2026-01-13
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: polędwica drobiowa 50g , Chleb graham 80g. (1, 3), Masło roślinne 10 M , Herbata bez cukru-250 ml , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

2. śniadanie: Jogurt naturalny 200g (7),

Obiad: Pieczarkowa 400ml. (1, 7, 9), Udko pieczone 100g M , Ziemniaki gotowane - 150g - M , Kompot 250 M , Sałatka wiosenna dieta 80 M ,

Podwieczorek: Kanapka z wędliną 120g M (1, 3),

Kolacja: Rzodkiewka M , Masło roślinne 20 , polędwica sopocka 50g. , sałata 10g. , Chleb graham 80g. (1, 3), Herbata bez cukru-250 ml ,

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	Sacharoza
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	280,00000000	17,10000000	7,00000000	39,80000000	25,60000000	70,00000000	2,10000000	2,40000000
2	2. śniadanie	72,00000000	4,30000000	2,00000000	9,20000000	170,00000000	17,00000000	0,10000000	1,00000000
3	Obiad	904,10000000	44,70000000	40,00000000	96,80000000	92,30000000	159,80000000	5,00000000	63,00000000
4	Podwieczorek	246,50000000	12,60000000	5,10000000	40,10000000	20,90000000	55,40000000	2,10000000	4,60000000
5	Kolacja	340,70000000	17,70000000	13,30000000	40,10000000	29,40000000	59,70000000	2,40000000	3,40000000
6	Posiłek nocny	36,00000000	1,60000000	0,40000000	7,60000000	16,00000000	18,00000000	1,00000000	33,00000000
7	Cały jadłospis	1879,30000000	97,90000000	67,90000000	233,60000000	354,40000000	380,00000000	12,70000000	107,40000000
8	Różnica:	0,00000000	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	0,00000000	3,00000000	2,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
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	Mąka pszenna typ 500	g	0,00000000	0,00000000	5,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000
5	Sok pomidorowy	ml	0,00000000	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	0,00000000	1,00000000
7	Udko kurczaka	g	0,00000000	0,00000000	200,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000
8	POLĘDWICA MIODOWA	g	50,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000
9	Polędwica sopocka	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000	0,00000000	50,00000000
10	Szynka konserwowa	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	30,00000000	0,00000000	0,00000000	30,00000000
11	Jogurt naturalny 150 g M	szt	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
12	Śmietana 18%	g	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
13	Jabłka	g	0,00000000	0,00000000	40,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	40,00000000
14	Chleb gracham	g	80,00000000	0,00000000	0,00000000	80,00000000	80,00000000	0,00000000	240,00000000
15	Masło roślinne 500g	g	10,00000000	0,00000000	0,00000000	5,00000000	20,00000000	0,00000000	35,00000000

16	Olej	g	0,000000000	0,000000000	15,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,000000000
17	Marchew	g	0,000000000	0,000000000	30,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	30,000000000
18	Ogórki świeże	g	30,000000000	0,000000000	10,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	40,000000000
19	Pieczarki	g	0,000000000	0,000000000	40,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	40,000000000
20	Pomidory	g	0,000000000	0,000000000	20,000000000	20,000000000	0,000000000	0,000000000	40,000000000
21	Por	g	0,000000000	0,000000000	3,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	3,000000000
22	Rzodkiewka	g	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,000000000	0,000000000	10,000000000
23	Salata	g	0,000000000	0,000000000	60,000000000	0,000000000	10,000000000	0,000000000	70,000000000
24	Seler	g	0,000000000	0,000000000	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
25	Ziemniaki	g	0,000000000	0,000000000	383,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	383,000000000

2026-01-13 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

**Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa
na dzień: 2026-01-13
dla kuchni: Kuchnia EŁK**

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: zupa płynna b/ml + mięso (**1, 3, 9**), chleb zwykły 100g M (**1**), masło śmietankowe 10g (**7**), Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper , Herbata z cukrem 250ml M , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

2. śniadanie: Jogurt naturalny 200g (**7**),

Obiad: Ryżowa z zieleciną 400g (**9**), Udko gotowane w sosie jogurtowym 120 (**1, 7, 9**), Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 200 M , Sałatka wiosenna dieta 80 M ,

Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem ,

Kolacja: chleb zwykły 100g M (**1**), Herbata 250ml , masło śmietankowe 10g (**7**), polędwica sopocka 50g. , pomidor 50g , zupa płynna b/ml + mięso (**1, 3, 9**),

Posilek 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	Sacharoza
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	955,80000000	51,70000000	32,70000000	118,60000000	88,90000000	116,00000000	4,90000000	12,00000000
2	2. śniadanie	72,00000000	4,30000000	2,00000000	9,20000000	170,00000000	17,00000000	0,10000000	1,00000000
3	Obiad	942,40000000	43,90000000	41,50000000	103,20000000	74,10000000	137,40000000	4,40000000	50,70000000
4	Podwieczorek	124,10000000	0,10000000	0,10000000	30,90000000	3,70000000	1,20000000	0,10000000	1,90000000
5	Kolacja	953,10000000	45,20000000	28,50000000	134,00000000	87,80000000	112,80000000	4,60000000	19,60000000
6	Posilek nocny	82,00000000	0,20000000	0,20000000	20,00000000	18,00000000	10,00000000	0,40000000	4,60000000
7	Cały jadłospis	3129,30000000	145,50000000	105,10000000	415,90000000	442,60000000	394,30000000	14,50000000	89,90000000
8	Różnica:	0,00000000	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	3,00000000	2,00000000	10,00000000	30,00000000	0,00000000	60,00000000
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	0,00000000	0,00000000	40,00000000	0,00000000	80,00000000
5	kisiel vat 5%	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000	0,00000000	0,00000000	20,00000000
6	Mąka pszenna typ 500	g	0,00000000	0,00000000	10,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	10,00000000
7	Ryż	g	0,00000000	0,00000000	30,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	30,00000000
8	sok jabłkowy vat 5%	ml	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000	200,00000000
9	Sól	g	0,00000000	0,00000000	1,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00000000
10	Piersi kurczaka	g	80,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	80,00000000	0,00000000	160,00000000
11	Udko kurczaka	g	0,00000000	0,00000000	200,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	200,00000000
12	jaja gotowane	szt	0,50000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,50000000	0,00000000	1,00000000
13	Polędwica sopocka	g	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	50,00000000	0,00000000	50,00000000
14	Szynka konserwowa	g	90,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	90,00000000
15	Jogurt naturalny 150 g M	szt	0,00000000	1,00000000	0,00700000	0,00000000	0,00000000	0,00000000	1,00700000

16	Jablka	g	0,000000000	0,000000000	40,00000000	20,00000000	0,000000000	0,000000000	60,00000000
17	Chleb zwykly	g	100,0000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	100,0000000	0,000000000	200,0000000
18	Maslo roslinne 500g	g	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
19	Maslo smietankowe	g	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	20,00000000
20	Olej	g	10,00000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	40,00000000
21	Koper swiezzy zielony	g	5,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	5,000000000
22	Marchew	g	40,00000000	0,000000000	40,00000000	0,000000000	40,00000000	0,000000000	120,0000000
23	Natka pietruszki	g	5,000000000	0,000000000	2,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	7,000000000
24	Ogorki swieze	g	30,00000000	0,000000000	10,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	40,00000000
25	Pietruszka	g	15,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	30,00000000
26	Pomidory	g	0,000000000	0,000000000	20,00000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	70,00000000
27	Por	g	0,000000000	0,000000000	3,000000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	3,000000000
28	Salata	g	0,000000000	0,000000000	60,00000000	0,000000000	0,000000000	0,000000000	60,00000000
29	Seler	g	15,00000000	0,000000000	8,000000000	0,000000000	15,00000000	0,000000000	38,00000000
30	Ziemniaki	g	50,00000000	0,000000000	284,0000000	0,000000000	50,00000000	0,000000000	384,0000000

2026-01-13 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2026-01-13 **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,

