SAMODZIELNY PUBLICZNY
ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
w KRAŚNIKU
ul. CHOPINA 13
23-200 KRAŚNIK
NIP: 715-159-00-90

JADŁOSPIS

Cukrzycowa

Na dzień: 09-12-2025 (Wtorek)

KRAŚNIK dn.:02-12-2025

ŚNIADANIE

Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
11031	Pasta z jajka i tuńczyka	
	Jaja	1 s
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g
	Majonez	20 g
1708	Herbata b/c,chleb sł,mr	
	Herbata	2 g
	Chleb słonecznikowy	100 g
	Masło roślinne	10 g
3628	Pomidory	50 g
1327	Roszponka	10 g

Wartość kaloryczna 610 [kcal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

II ŚNIADANIE

Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
01073	Manna na mleku got.	
	Mleko	300 g
	Kasza manna	30 g

Wartość kaloryczna 260 [kcal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

OBIAD

Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.	
	Groszek kons.	20 g
	Ziemniaki	150 g
	Mleko 2%	40 g
	Mąka pszenna	10 g
	Marchew	50 g
	Selery	20 g
	Pietruszka	20 g
	S ó l	10 g
	Jarzynka	2 g
02021	Gulasz wieprz.got.	
	Łopatka wieprzowa	100 g
	Margaryna	5 g
	Mleko	40 g
	Mąka pszenna	10 g
	Pietruszka	20 g
	Selery	20 g
	Marchew	20 g
09141	Ziemniaki got.	
	Ziemniaki	300 g
	Mleko	15 g
09061	Marchewka got. z wody b/c	
	Margaryna	5 g
	Marchew	150 g
	Bułka tarta	5 g
13219	Kompot z jabłek b/c got.	
	Jabłka	80 g

Wartość kaloryczna 916 [kcal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

PODWIECZOREK

Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
021	Chleb krojony	50 g
22223	Masło roślinne	10 g
08064	Twaróg z ml.mp	
	Ser twarog.	50 g
	Mleko 2%	20 g

Wartość kaloryczna: 277 [kcal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

KOLACJA

Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
1339	Szynka babuni	60 g
3635	Sałata lodowa	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g

Wartość kaloryczna: 410 [kcal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Błonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10345.00	2470.00	70.65	22.86	331.14	50.74	107.32	15.17	1282.30	57.96	320.90

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Jajka Mleko Ryby Seler Soja Gluten
II Śniadanie	Mleko Gluten
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Mleko Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten

....