

Jadłospis dieta podstawowa od 01.01.2026 do 10.01.2026

wykaz alergenów

Data	śniadanie	obiad	kolacja		wartość energetyczna (kcal)	białko (g)	węglowodany (g)	w tym cukry (g)	tłuszcze (g)	w tym nasycone kwasy tłuszczowe (g)	błonnik (g)	sód (g)
01.sty czwartek	Zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], szynka biała gotowana, twaróg grani [2], pomidor	Zupa porowa z ryżem (g) [1,5], roladki ze schabu duszona w sosie własnym (d) [1,5,10], ziemniaki (g), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i fasolą czerwoną [3,10]	Herbata (g), zupa mleczna z mąką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], kielbasa śląska, podawana na ciepło, musztarda [10], pomidor	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2100	90	280	90	75	50	30	1,2
02.sty piątek	Zupa mleczna z płatkami (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], paprykarz szczeciński [4,5], pomidor	Zupa grochowa (g) [5], pierogi z mięsem i okrasą (g) [1,3,5], surówek z jarzyn mieszanych [3,5,10]	Herbata (g), zupa mleczna z makaronem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], ser topiony [2], sałata	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2150	95	280	70	75	65	28	1,4
03.sty sobota	Zupa mleczna budyniowa (g) [2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], pasztet borowikowy, sałata	Zupa ogórkowa (g) [5], makaron (g) [1], sos pomidorowo - mięsno - warzywny (g) [1,5]	Herbata (g), zupa mleczna z ryżem (g) [2], chleb [1], masło [2], kielbasa podwawelska, pomidor	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2100	80	270	55	80	55	31	1,1
04.sty niedziela	Zupa mleczna z mąką (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], ser żółty [2], kielbasa szynkowa, sałatka z sałaty lodowej	Zupa kalafiorowo - brokułowa z kluseczkami (g) [1,3,5], szynka duszona w sosie własnym (d) [1,5], ziemniaki (g), surówka z ogórka zielonego z marchewką i cebulą	Herbata (g), zupa mleczna z płatkami (g) [1,2], chleb [1], masło [2], serdelki bydgoskie, podawane na ciepło, ketchup, pomidor	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2150	95	290	52	75	52	26	1,3
05.sty poniedziałek	Zupa mleczna z makaronem (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], pasztet wielkopolski z grzybami, pomidor	Biały barszcz z makaronem (g) [1,2,5], udko pò wietnamsku w sosie własnym (d) [1,5], ryż (g), bukiet warzyw gotowany (g)	Herbata (g), zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], jajko gotowane (g) [3], sałata	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2080	100	260	55	70	50	25	1,1
06.sty wtorek	Zupa mleczna z ryżem (g) [2], kakao (g) [2], bułka [1], masło [2], ser żółty [2], sałata	Krupnik z kaszą (g) [1,5], kotlet mielony (s) [1,3], ziemniaki (g), sos pieczeniowy (g) [1,5], buraczki (g)	Herbata (g), zupa mleczna budyniowa (g) [2], chleb [1], masło [2], szynka biała gotowana, sałatka ryżowa [3,10]	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2140	85	280	50	80	45	28	1,2
07.sty środa	Zupa mleczna z płatkami (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], pasztet borowikowy, sałata	Żurek z jajkiem (g) [1,3,5], kielbasa zasmażana (s), ziemniaki (g), kapusta kiszona gotowana (g)	Herbata (g), zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], twaróg z szczypiorkiem [2], pomidor	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2060	90	270	45	70	40	35	1,1
08.sty czwartek	Zupa mleczna z makaronem (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], kielbasa żywiecka, pomidor	Zupa ziemniaczana z sokiem z ogórków kiszonych (g) [1,5], wieprzowina na słdko - kwaśno z wrzywami w sosie własnym (d) [1,5], ryż (g)	Herbata (g), zupa mleczna z ryżem (g) [2], chleb [1], masło [2], metka rycerska, pomidor	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2100	85	260	50	75	42	33	1,5
09.sty piątek	Zupa mleczna budyniowa (g) [2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], ser topiony [2], sałatka ryżowa [3,10]	Zupa owocowa z makaronem (g) [1], ryba panierowa (s) [1,3,4], ziemniaki (g), sos grecki (g) [1,3,5,10]	Herbata (g), zupa mleczna z mąką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], pasztet z żurawiną, pomidor	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2150	90	270	58	80	55	35	1,8

mgr Magdalena Hoffmann  
10.12.2025r.

01.01-10.01

Jadłospis dieta podstawowa od 01.01.2026 do 10.01.2026

wykaz alergenów

Data	śniadanie	obiad	kolacja		wartość energetyczna (kcal)	białko (g)	węglowodany (g)	w tym cukry (g)	łuszcze (g)	w tym nasycone kwasy tłuszczowe (g)	błonnik (g)	sód (g)
10. sty sobota	Zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], kielbasa podwawelska, pomidor	Zupa szpinakowa z kaszką (g) [1,5], makaron (g) [1], sos pieczarkowy (g) [1,2,5], gotowany klopsik (g) [1,3,5]	Herbata (g), zupa mleczna z mąką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], salceson biały, pomidor	Dobowe wartości odżywcze:	2250	100	20	75	80	40	30	1,7

rodzaje obróbki termicznej: p - pieczenie, s - smażenie, g - gotowanie, d - duszenie

**ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ  
WAGROWIEC**  
62-100 Wagrowiec; ul. Kościuszki 74  
tel. 087/88-95-47A; 26-81-500; fax 26-85-077

opracował dietetyk  
mgr Magdalena Hoffmann  
10.12.2025r.

01.01-10.01

Jadłospis dieta podstawowa od 11.01.2026 do 20.01.2026  
wykaz alergenów

Data	śniadanie	obiad	kolacja		wartość energetyczna (kcal)	białko (g)	węglowodany (g)	w tym cukry (g)	tłuszcze (g)	w tym nasycone kwasy tłuszczowe (g)	błonnik (g)	sód (g)
11.sty niedziela	Zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], szynka biała gotowana, sałatka makaronowa [1,3,10]	Rosół z makaronem (g) [1,5], udko gotowane (g) [5], ryż (g), sos potrawkowy z rodzynkami (g) [1,2,5], marchew z groszkiem gotowana (g)	Herbata (g), zupa mleczna z mąką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], kielbaski śląskie, pomidor	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2100	88	280	65	75	55	31	1,3
12.sty poniedziałek	Zupa mleczna budyniowa (g) [2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], paszтет wielkopolski, ogórek kwaszony	Barszcz czerwony z makaronem (g) [1,2,5,9], schab duszony w sosie własnym (d) [1,5], ziemniaki (g), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i fasolą [3,10]	Herbata (g), zupa mleczna z płatkami (g) [1,2], chleb [1], masło [2], pasta jajeczna [3,10], pomidor	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2150	95	265	52	85	60	29	1,5
13.sty wtorek	Zupa mleczna z ryżem (g) [2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], połędwiczanka z warzywami, pomidor	Zupa pomidorowa z ryżem (g) [1,5], karkówka duszona w sosie własnym (d) [1,5], kasza (g) [1], buraczki (g)	Herbata (g), zupa mleczna z makaronem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], paszтетowa, ogórek zielony	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2120	90	280	65	80	55	36	1,8
14.sty środa	Zupa mleczna z mąką (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], ser żółty [2], pomidor	Żurek z jajkiem (g) [1,3,5], gołąbek w kapuście (d) [3], ziemniaki (g), sos pomidorowy (g) [1,5]	Herbata (g), zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], kielbasa toruńska, sałata	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2080	100	260	58	70	35	30	1,1
15.sty czwartek	Zupa mleczna z makaronem (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], smaczek konserwowy, ogórek kwaszony	Zupa grzybowa z makaronem (g) [1,5], gulasz wieprzowy z warzywami (d) [1,5], kasza (g) [1]	Herbata (g), zupa mleczna z ryżem (g) [2], chleb [1], masło [2], metka fososiowa, pomidor	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2110	85	275	50	75	45	28	1,6
16.sty piątek	Zupa mleczna z płatkami (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], paprykarz szczeciński [4,5], pomidor	Zupa fasolowa (g) [5], jajko gotowane (g) [3], ziemniaki (g), sos chrzanowy (g) [1,5], buraczki (g)	Herbata (g), zupa mleczna budyniowa (g) [2], chleb [1], masło [2], paszтет z żurawiną, sałata	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2150	90	265	58	85	48	31	1,4
17.sty sobota	Zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], połędwiczanka z warzywami, sałata	Krupnik z kaszą (g) [1,5], pulpety drobiowe (g) [1,3,5], makaron (g) [1], sos pieczarkowy (g) [1,5]	Herbata (g), zupa mleczna z mąką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], kaszanka jęczmienna [1], pomidor	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2060	80	270	45	70	35	34	1,2
18.sty niedziela	Zupa mleczna z płatkami (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], kielbasa biała, podawana na ciepło, chrzan, pomidor	Zupa kalafiorowa z kluseczkami (g) [1,3,5], filet z kurczaka w sosie curry z pieczarkami i papryką mix (d) [1,5], ryż (g)	Herbata (g), zupa mleczna z ryżem (g) [2], chleb [1], masło [2], szynka biała gotowana, sałatka makaronowa [1,3,10]	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2150	100	265	55	75	52	26	1,8
19.sty poniedziałek	Zupa mleczna z makaronem (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], ser topiony [2], pomidor	Barszcz ukraiński (g) [1,2,5,9], łąpatka gotowana (g) [5], ziemniaki (g), sos chrzanowy (g) [1,5], kapusta modra gotowana na słodko- kwaśno (g)	Herbata (g), zupa mleczna budyniowa (g) [2], chleb [1], masło [2], jajko gotowane (g) [3], pomidor	<i>Dobowe wartości odżywcze:</i>	2060	90	260	50	75	50	25	1,1

opracował dietetyk:  
mgr Magdalena Hoffmann  
10.12.2025 r.

11.01-20.01

Jadłospis dieta podstawowa od 11.01.2026 do 20.01.2026

wykaz alergenów

Data	śniadanie	obiad	kolacja		wartość energetyczna (kcal)	białko (g)	węglowodany (g)	w tym cukry (g)	tluszcz (g)	w tym nasycone kwasy tłuszczowe (g)	błonnik (g)	sód (g)
20.sty wtorek	Zupa mleczna z mąką (g) [1,2], kakao (g) [2], bułka [1], masło [2], powidła, pomidor	Rosół z makaronem (g) [1,5], udko po wietnamsku w sosie własnym (d) [1,5], ryż (g), marchew z groszkiem gotowana (g)	Herbata (g), zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], pieczeń rzymska, pomidor	Dobowe wartości odżywcze:	2200	100	290	80	85	60	29	1,9

rodzaje obróbki termicznej: p - pieczenie, s - smażenie, g - gotowanie, d - duszenie

Vie 01	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Vie 02	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Vie 03	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Vie 04	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Vie 05	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Vie 06	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Vie 07	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Vie 08	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Vie 09	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Vie 10	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Vie 11	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Dobowe	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...

**ZESPOŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ  
WAGROWIEC**  
62-100 Wagrowiec; ul. Kościuszki 74  
tel.067/26-48-078, 26-81-500; fax 26-85-077

opracował dietetyk:  
mgr Magdalena Hoffmann  
10.12.2025 r.

11.01-20.01

Jadłospis dieta podstawowa od 21.01.2026 do 31.01.2026  
wykaz alergenów

Data	śniadanie	obiad	kolacja		wartość energetyczna (kcal)	białko (g)	węglowodany (g)	w tym cukry (g)	tluszcz (g)	w tym nasycone kwasy tłuszczowe (g)	błonnik (g)	sód (g)	
21.sty	środa	Zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], smaczek konserwowy, sałatka z sałaty lodowej	Żurek z jajkiem (g) [1,3,5], kiełbasa zasmażana (s), ziemniaki puree (g) [2], kapusta kiszona gotowana (g)	Herbata (g), zupa mleczna z mąką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], twaróg z zieliną [2], ogórek kwaszony	Dobowe wartości odżywcze:	2150	100	270	60	80	45	26	1,6
22.sty	czwartek	Zupa mleczna z płatkami (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], parówki śniadaniowe, podawane na ciepło, ketchup, pomidor	Zupa grochowa (g) [1,5], pieczeń rzymska duszona w sosie własnym (d) [1,3,5], kasza jęczmienna (g) [1], buraczki (g)	Herbata (g), zupa mleczna z ryżem (g) [2], chleb [1], masło [2], salcèson biały, sałata	Dobowe wartości odżywcze:	2100	85	270	65	75	43	24	1,4
23.sty	piątek	Zupa mleczna budyniowa (g) [2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], paprykarz szczeciński [1,4], pomidor	Zupa owocowa z makaronem (g) [1], ryba smażona (s) [1,3,4], ziemniaki (g), sos grecki (g) [1,5,9]	Herbata (g), zupa mleczna z makaronem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], twaróg z pomidorami [2], ogórek zielony	Dobowe wartości odżywcze:	2080	90	270	60	70	30	25	1,1
24.sty	sobota	Zupa mleczna z mąką (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], szynka rodzinna, ogórek kwaszony	Zupa grysikowa (g) [5], sos pomidorowo - mięsno -warzywny (g) [1,5], makaron (g) [1]	Herbata (g), zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], ser topiony [2], pomidor	Dobowe wartości odżywcze:	2120	70	275	55	80	55	20	1,5
25.sty	niedziela	Zupa mleczna z ryżem (g) [2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], szynka biała gotowana, sałatka grecka [2]	Zupa pomidorowa z makaronem (g) [1,5], szynka duszona w sosie własnym (d) [1,5], ziemniaki (g), surówka z selery z rodzynkami [2,5]	Herbata (g), zupa mleczna z makaronem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], serdelki bydgoskie, podawane na ciepło, musztarda [10], pomidor	Dobowe wartości odżywcze:	2060	80	270	45	70	35	24	1,2
26.sty	poniedziałek	Zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], paszтет wielkopolski z pomidorami, pomidor	Zupa z fasolki szparagowej (g) [1,5], łopátka gotowana (g) [5], ziemniaki (g), sos chrzanowy (g) [1,5], kapusta biała gotowana na słodko - kwaśno (g)	Herbata (g), zupa mleczna budyniowa (g) [2], chleb [1], masło [2], pasta jajeczna [3,10], pomidor	Dobowe wartości odżywcze:	2190	100	280	75	90	50	38	1,8
27.sty	wtorek	Zupa mleczna z mąką (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], polędwiczanka z warzywami, ogórek zielony	Zupa grzybowa z makaronem (g) [1,5], udko po wietnamsku w sosie własnym (d) [1,5], ryż (g), surówka z marchewki z ananase	Herbata (g), zupa mleczna z kaszką (g) [1,2], chleb [1], masło [2], pieczeń rzymska, pomidor	Dobowe wartości odżywcze:	2080	80	270	65	70	40	29	1,2
28.sty	środa	Zupa mleczna budyniowa (g) [2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], ser żółty [2], kiełbasa toruńska, sałata	Zupa fasolowa (g) [5], knedle owocowe (g) [1], polane masło [1,2], jogurt naturalny [2]	Herbata (g), zupa mleczna z płatkami (g) [1,2], chleb [1], masło [2], schabowa kanapkowa, pomidor	Dobowe wartości odżywcze:	2050	60	300	85	65	40	25	1,3
29.sty	czwartek	Zupa mleczna z ryżem (g) [2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], kurczak w galarecie, sałata pracownik dietetyk	Zupa szczawiowa z jajkiem (g) [1,3,5], gulasz wieprzowy z warzywami w sosie własnym (d) [1,5], kasza (g) [1]	Herbata (g), zupa mleczna z makaronem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], parówki Berlinki, podawane na ciepło, musztarda [10], pomidor	Dobowe wartości odżywcze:	2110	75	280	75	80	45	30	1,9

mgr Magdalena Hoffmann  
19.12.2025r.

21.01-31.01

wykaz alergenów

Data	śniadanie	obiad	kolacja		wartość energetyczna (kcal)	białko (g)	węglowodany (g)	w tym cukry (g)	łuszczyce (g)	w tym nasycone kwasy tłuszczowe (g)	błonnik (g)	sód (g)
30. sty piątek	Zupa mleczna z płatkami (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], ser topiony [2], pomidor	Zupa ziemniaczana z sokiem z ogórków (g) [5], łazanki z kapustą i grzybami (s) [1,5]	Herbata (g), zupa mleczna z płatkami (g) [1,2], chleb [1], masło [2], galareta z ryby [4], pomidor	Dobowe wartości odżywcze:	2050	70	270	65	75	35	33	1,4
31. sty sobota	Zupa mleczna z mąką (g) [1,2], kawa zbożowa z mlekiem (g) [1,2], chleb [1], masło [2], kaszanka jęczmienna [1], ogórek kwaszony	Zupa kalafiorowa z kluseczkami (g) [1,3,5], sos pomidorowo - mięsno - warzywny (g) [1,5], makaron (g) [1]	Herbata (g), zupa mleczna budyniowa (g) [2], chleb [1], masło [2], smaczek konserwowy, pomidor	Dobowe wartości odżywcze:	2130	65	295	70	80	50	28	1,8

rodzaje obróbki termicznej: p - pieczenie, s - smażenie, g - gotowanie, d - duszenie

**ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ  
WAGROWIEC**  
62-100 Wagrowiec; ul. Kościuszki 74  
tel. 067/26-85-078, 26-81-500; fax 26-85-077

WYKAZ SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE  
NIETOLERANCJI POKARMOWEJ

[1] **Zboża zawierające gluten**, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:

a) syropów glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);

b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);

c) syropów glukozowych na bazie jęczmienia;

d) zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;

[2] **Mleko i produkty pochodne** (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:

a) serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego,

b) laktitolu;

[3] **Jaja i produkty pochodne;**

[4] **Ryby i produkty pochodne**, z wyjątkiem:

a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;

b) żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;

[5] **Seler i produkty pochodne;**

[6] **Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;**

[7] Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), **orzechy laskowe** (*Corylus avellana*), **orzechy włoskie** (*Juglans regia*), **orzechy nerkowca** (*Anacardium occidentale*), **orzeszki pekan** (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), **orzechy brazylijskie** (*Bertholletia excelsa*), **pistacje / orzechy pistacjowe** (*Pistacia vera*), **orzechy makadamia** lub **orzechy Queensland** (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;

[8] **Nasiona sezamu i produkty pochodne;**

[9] **Soja i produkty pochodne**, z wyjątkiem:

a) całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego (1);

b) mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D-alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego;

c) fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego;

d) estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;

[10] **Gorzycza i produkty pochodne;**

[11] **Łubin i produkty pochodne;**

[12] **Skorupiaki i produkty pochodne;**

[13] **Mięczaki i produkty pochodne;**

[14] **Dwutlenek siarki i siarczyny** w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO<sub>2</sub> dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców.

*(1) Oraz produkty pochodne, o ile obróbka, jakiej je poddano, najprawdopodobniej nie wpływa na zwiększenie alergenicności, ocenionej przez właściwy organ w odniesieniu do produktu, z którego powstały.*

**ZESPOŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ  
WAGROWIEC  
62-100 Wagrowiec; ul. Kościuszki 74  
tel. 007/20-09-070; 26-81-500; fax 26-85-077**

## RODZAJE OBRÓBKI TERMICZNEJ POTRAW

- [1] Wszystkie podawane zupy (mleczne do śniadania i kolacji oraz zupy do obiadu) są poddawane obróbce termicznej – gotowanie i podawane na ciepło.
- [2] Potrawy mięsne podawane do obiadu poddawane są obróbce termicznej – duszenie, smażenie, gotowanie, pieczenie. Najczęstszym sposobem przygotowywania potraw mięsnych jest duszenie.
- [3] Ziemniaki, kasza, ryże i makarony podawane w posiłku obiadowym poddawane są obróbce termicznej – gotowanie.
- [4] Dodatki warzywne do obiadu podawane są w wersji gotowanej lub na surowo (wszelkiego rodzaju surówki).

Uwagi dotyczące gramatury potraw w poszczególnych posiłkach:

- śniadanie – podane w jadłospisie wagi dotyczą produktów gotowych do spożycia;
- obiad – podane w jadłospisie wagi dotyczą produktów gotowych do spożycia, z wyjątkiem mięsa / ryb, gdzie podane wagi dotyczą produktów rynkowych (przed obróbką);
- kolacja – podane w jadłospisie wagi dotyczą produktów gotowych do spożycia.

ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ  
WĄGROWIEC  
62-100 Wągrowiec; ul. Kościuszki 74  
tel. 067/26-85-078, 26-81-500; fax 26-88-077