

04.11.2023

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą, chleb masło, herbata DIETA 1,2 Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, bawarka DIETA 3, 4, 6 Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 12	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
	G	Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
	G	Cukier	10g	-
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Zakwas	30g	G
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	30g	J
	G	Kielbasa	30g	-
		Szynka drobiowa	70g	G
	G	Salata lodowa	30g	-
		Mleko 2%	100ml	M
Herbata		130ml	-	
Ryż biały		30g	-	
Mleko 2%		400ml	M	
Herbata		230ml	-	
II ŚNIADANIE Koktajl z truskawką i bananem DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12	BO	Jogurt naturalny	150g	M
		Truskawka mrożona	50g	-
		Banan	30g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa krupnik z soczewicą czerwoną i ziemniakami DIETA 1, 6 Zupa krupnik z ziemniakami DIETA 2, 3, 4, 12 Makaron pszenny z serem białym, jabłkiem i cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 12 Makaron pełnoziarnisty z serem białym DIETA 6 Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12	G	Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	15g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
	G	Olej	5g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	20g	SEL
	PA	Mieszanka 7-składnikowa	20g	SEL
		Kalańfior mrożony	10g	SEL
		Seler	5g	SEL
	PA	Ziemniaki	50g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Soczewica czerwona	15g	-
	PA	Makaron pełnoziarnisty, świderki	70g	G
		Makaron pszenny, świderki	70g	G
		Cukier	5g	-
	G	Cukier wanilinowy	1g	-
		Jabłko	120g	-
		Cynamon	1g	-
Twaróg biały		70g	M	
Mieszanka kompotowa		30g	G, SOJ, SEZ, SEL	
G	Cukier	10g	-	
	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,	
PODWIECZOREK Mandarynki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12		Mandarynki	130g	-
KOLACJA Salceson drobiowy, pomidor, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 6 Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
	G	Salceson drobiowy	100g	-
		Pomidor	50g	-
	G	Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki kukurydziane	30g	-
G	Mleko 2%	400ml	M	
	Herbata	230ml	-	

E=2300,72 kcal/W=323,01 g/ T= 69,24g/B=93,04g/Kw.Tł.Nasy.=30,53 g/Cukry=76,01 g/S=5,48g/ Bł.= 7,5g

Sporządził:

Zatwierdził:

05.11.2023

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 1,2, 3, 4, 12 Konserwa rybna w pomidorach, chleb graham, masło, bawarka DIETA 6	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
	G	Konserwa rybna w pomidorach	85g	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		
II ŚNIADANIE Kisiel z owocami DIETA 1, 2,3,4, 6 (bez cukru i owoców), 12	G	Kisiel	10g	-
		Banan	20g	-
		Brzoskwinia w syropie	10g	-
		Ananas w syropie	7g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Rosół z makaronem nitki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Bitki wołowe w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Kasza gryczana DIETA 1, 2, 6 Ryż biały DIETA 3, 4, 12 Surówka z kapusty czerwonej DIETA 1, 2, 6 Jarzynka gotowana DIETA 3, 4, 12 Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12	G	Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	15g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
	D	Olej	5g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	20g	SEL
	G	Pietruszka korzeń	10g	-
		Seler	5g	-
	G	Cebula	2g	-
		Makaron nitki	25g	-
		Mięso wołowe	100g	-
		Kasza gryczana	60g	-
		Ryż biały	60g	-
	BO	Kapusta czerwona	70g	-
		Jabłko	30g	-
		Marchew	20g	-
	G	Olej	5g	-
		Włoszczyzna	80g	SEL
Truskawka mrożona		50g	-	
G	Cukier	10g	-	
	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,	
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12		Jabłko	130g	-
KOLACJA Szynka wieprzowa, mix sałat, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4, 6 Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 12	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
	G G	Szynka wieprzowa	70g	-
		Mix sałat	30g	-
		Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2300,72 kcal/W=323,01 g/ T= 69,24g/B=93,04g/Kw.Tł.Nasy.=30,53 g/Cukry=76,01 g/S=5,48g/ Bł.= 7,5g

Sporządził:

Zatwierdził:

06.11.2023

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Twarożek z szynką drobiową, pomidor, chleb, masło, kakao DIETA 1,2, 6 Twarożek z szynką drobiową, chleb/ bułka, masło, kakao DIETA 3, 4 Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA12	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
		Twaróg biały	50g	M
	G	Śmietana 12%	5g	M
		Szynka drobiowa	20g	G
		Pomidor	50g	-
		Kakao	1g	G
	G	Mleko 2%	230ml	M
		Płatki owsiane	30g	-
G	Mleko 2%	400ml	M	
	Herbata	230ml	-	
II ŚNIADANIE Kiwi- DIETA 1,6 Galaretka z owocami-DIETA 2,3,4,12	BO	Kiwi	100g	-
		Galaretka	15g	-
	G	Ananas w syropie	10g	-
		Brzoskwinia w syropie	8g	-
OBIAD Zupa jarzynowa z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Naleśniki z serem białym i jabłkiem DIETA 1,2 Makaron pszenny z jarzynami, mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 3, 4, 12 Makaron pełnoziarnisty z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 6 Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12	G	Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	15g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5g	-
	S	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	20g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	20g	SEL
	G	Seler	5g	SEL
		Brokuł mrożony	10g	SEL
		Kalafior mrożony	10g	SEL
		Fasolka szparagowa mrożona	5g	SEL
	G	Ziemniaki	130g	-
		Mleko 2%	150ml	M
		Mąka pszenna	70g	G
		Jaja	10g	J
		Olej	5g	-
	G	Cukier	5g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
		Jablko	70g	-
		Cynamon	1g	-
		Twaróg biały	60g	M
		Makaron pełnoziarnisty świderki	60g	G
		Makaron pszenny świderki	60g	G
		Filet drobiowy	80g	-
		Włoszczyzna	50g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		-	-	-
	PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12	BO	Banan	100g
KOLACJA 2 jajka na miękko z dipem zielowym, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6 Zupa mleczna z makaronem świderki, Chleb, Masło, Herbata DIETA3, 4, 12	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
		Jaja	102g	J
	G	Jogurt grecki	20g	M
		Szczypior świeży	1g	-
		Koper świeży	1g	-
		Herbata	230ml	-
		Makaron świderki	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M

E=2300,72 kcal/W=323,01 g/ T= 69,24g/B=93,04g/Kw.Tł.Nasy.=30,53 g/Cukry=76,01 g/S=5,48g/ Bł.= 7,5g

Sporządził:

Zatwierdził:

07.11.2023

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Chalka, dżem brzoskwiinowy, plaster sera białego, masło, kawa zbożowa DIETA 1,2,3,4 Pasta z jajka z ogórkiem kiszonym, chleb graham, masło, kawa zbożowa DIETA 6 Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12	BO	Chleb pszenny	30g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
	G	Chalka	100g	G
		Dżem brzoskwiinowy	60g	-
		Twaróg biały	30g	M
		Mleko 2%	230ml	M
		Kawa zbożowa	5g	G
		Jaja 70 g	5g	J
		Śmietana 12%	5g	M
		Ogórek kiszony	20g	-
G	Płatki jęczmienne	30g	G	
	Mleko 2%	400ml	M	
	Herbata	230ml	-	
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1,2,3,4 Kisiel DIETA 6(bez cukru),12	BO	Szpinak mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	80ml	-
		Banan	25g	-
		Jabłko	50g	-
		Kisiel	10g	-
	G	Cukier	10g	-
OBIAD Zupa grochowa z makaronem świderki DIETA 1, 6 Zupa warzywna z makaronem świderki DIETA 2, 3, 4, 12 Pulpety drobiowo- wieprzowe DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Buraczki na ciepło DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12	G	Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	15g	-
		Masło 82%	10g	M
	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
	PA	Olej	5g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Groch, połówki	15g	-
		Makaron świderki	30g	G
		Włoszczyzna	20g	SEL
	G	Mieszanka 7-składnikowa	20g	SEL
		Jaja	5g	J
		Bułka pszenna	10g	G
	G	Filet drobiowy	60g	-
		Mięso wieprzowe	40g	-
		Ziemniaki	250g	-
		Buraki	100g	-
G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL	
	Cukier	10g	-	
	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,	
PODWIECZOREK Jogurt z owsianką- DIETA 1, 2, 12 Jogurt naturalny- DIETA 3, 4, 6	BO	Jogurt z owsianką	200g	M, G
	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Pasta z mięsa z warzywami, Papryka, Chleb, Masło, Bawarka DIETA 1, 6 Pasta z mięsa z warzywami, Chleb, Masło, Bawarka DIETA 2 Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, Chleb, Masło, Herbata DIETA 3, 4, 12	PI	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
	G	Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
		Filet drobiowy	60g	-
	PI	Włoszczyzna	30g	SEL
		Marchew	15g	-
	G	Seler	5g	SEL
		Olej	7g	-
		Papryka	50g	-
	G	Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	150ml	-
Kasza jęczmienna		30g	G	
Mleko 2%		400ml	M	

E=2300,72 kcal/W=323,01 g/ T= 69,24g/B=93,04g/Kw.Tł.Nasy.=30,53 g/Cukry=76,01 g/S=5,48g/ Bł.= 7,5g

Sporządził:

Zatwierdził:

08.11.2023

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, pomidor, ketchup, chleb masło, herbata DIETA 1, 2 Parówka drobiowa, pomidor, chleb graham, masło, herbata DIETA 6 Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
	G	Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
	G	Cukier	10g	-
		Parówka drobiowa	70g	M, O, SEL, GOR
		Pomidor	50g	-
	G	Ketchup	20g	-
		Ryż biały	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
Herbata		230ml	-	
II ŚNIADANIE Budyń DIETA 2,3,4,12	G	Mleko 2%	200g	M
		Budyń	10g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa gulaszowa z jarzynami i ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Ryż biały z musem jabłkowym i cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 12 Ryż brązowy, Mięso drobiowe duszone, Jarzynka gotowana DIETA 6 Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12	G	Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	15g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
	PA	Olej	5g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	20g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	20g	SEL
		Kukurydza konserwowa	5g	-
	PA	Mięso drobiowe	50g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Mleko 2%	150ml	M
	D	Ryż biały	100g	-
		Cukier	5g	-
	G	Cukier wanilinowy	1g	-
		Jabłko	120g	-
		Cynamon	1g	-
		Filet drobiowy	100g	-
		Ryż brązowy	60g	-
Włoszczyzna		80g	SEL	
Mieszanka kompotowa		30g	G, SOJ, SEZ, SEL	
G	Cukier	10g	-	
	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,	
PODWIECZOREK Kiwi DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12	BO	Kiwi	100g	-
KOLACJA Szynka drobiowa, mix салат, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4, 6 Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, Chleb, Masło, Herbata DIETA 12	BO	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
	G	Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
	G	Szynka drobiowa	70g	G
		Mix салат	30g	-
	G	Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Herbata	150ml	-
Kasza jęczmienna		30g	G	
Mleko 2%		400ml	M	

E=2300,72 kcal/W=323,01 g/ T= 69,24g/B=93,04g/Kw.Tł.Nasy.=30,53 g/Cukry=76,01 g/S=5,48g/ Bł.= 7,5g

Sporządził:

Zatwierdził:

09.11.2023

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12 Szynka wieprzowa, ogórek kiszony, chleb, masło, bawarka DIETA 6 Szynka wieprzowa, chleb/ bułka, masło, bawarka DIETA 3, 4	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
	G	Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
	G	Cukier	10g	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
		Ogórek kiszony	20g	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Mąka pszenna	30g	G
	G	Jaja	15g	J
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata		230ml	-	
II ŚNIADANIE Jogurt owocowy DIETA 1,6 Jogurt naturalny DIETA 2,3,4,12		Jogurt owocowy	125g	M
		Jogurt naturalny	200g	M
OBIAD Zupa krem z buraczków z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Mięso z indyka w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Surówka z kapusty pekińskiej, jabłka i marchwi z jogurtem DIETA 1, 2, 6 Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12 Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12	G	Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	15g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
	D	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
	G	Włoszczyzna	20g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	20g	SEL
		Buraki	80g	-
	BO	Seler 5g	5g	-
		Cebula 5g	5g	-
		Śmietanka 30%	5g	M
		Serek topiony	1g	M
		Ziemiaki	130g	-
		Bułka pszenna	10g	G
	D	Kapusta pekińska	70g	-
		Jabłko	30g	-
	G	Marchew	20g	-
		Jogurt grecki	15g	G
		Szpinak mrożony	100g	SEL, GOR, M, J, SOJ, G
		Filet z indyka	100g	-
Kasza jęczmienna		60g	G	
Jabłko		60g	-	
Cynamon		1g	-	
Cukier		10g	-	
	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,	
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12	BO	Jabłko	130g	-
KOLACJA Pasta z jajka z rzodkiewką i szczypiorkiem, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2, 6 Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
	G	Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
	G	Cukier	10g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	10g	M
	G	Rzodkiewka	10g	-
		Szczypiorek	1g	-
		Mleko 2%	130ml	M
		Herbata	100ml	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
Mleko 2%		400ml	M	
	Herbata	230ml	-	

E=2300,72 kcal/W=323,01 g/ T= 69,24g/B=93,04g/Kw.Tł.Nasy.=30,53 g/Cukry=76,01 g/S=5,48g/ Bł.= 7,5g

Sporządził:

Zatwierdził:

10.11.2023

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY		
ŚNIADANIE Serek topiony, sałata lodowa, polówka jajka gotowanego, chleb masło, kakao DIETA 1, 2 Konserva rybna, sałata lodowa, polówka jajka gotowanego, chleb graham, masło, kakao DIETA 6 Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12	G	Chleb pszenny	90g	G	
		Chleb graham	90g	G	
		Bulka pszenna	50g	G	
		Masło 82%	10g	M	
	G	Cukier	10g	-	
		Serek topiony	50g	M	
		Sałata lodowa	30g	-	
		Jaja	25g	J	
	G	Kakao	1g	G	
		Mleko 2%	230ml	M	
		Konserva rybna	50g	R	
		Płatki owsiane	30g	G	
II ŚNIADANIE Owsianka z jabłkiem i cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12	G	Mleko 2%	400ml	M	
		Herbata	230ml	-	
		Płatki owsiane	30g	G	
		Mleko 2%	230g	M	
	G	Jabłko	50g	-	
		Cynamon	1g	-	
		Cukier	5g	-	
		Kości kulinarne	30g	-	
	OBIAD Zupa brokułowa z kaszą jaglaną DIETA 1, 2, 6 Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną DIETA 3, 4, 12 Ryba po grecku DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12 Surówka z kapusty białej DIETA 1, 2, 6 Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12 Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12	G	Marchew	15g	-
			Masło 82%	5g	M
			Mleko 2%	15g	M
			Śmietana 12%	5g	M
G		Olej	5g	-	
		Mąka pszenna	15g	G	
		Włoszczyzna	20g	SEL	
		Mieszanka 7-składnikowa	20g	SEL	
PA		Kasza jaglana	30g	-	
		Brokuł mrożony	60g	SEL	
		Koncentrat pomidorowy	5g	-	
		Włoszczyzna	20g	SEL	
G	Ryba miruna	120g	R		
	Ziemniaki	250g	-		
	Kapusta biała	80g	-		
	Jabłko	20g	-		
G	Marchew	10g	-		
	Jogurt grecki	20g	M		
	Marchew	100g	-		
	Truskawka mrożona	50g	-		
G	Cukier	10g	-		
	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,		
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12		Banan	100g	-	
KOLACJA Sałatka jarzynowa, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6 Twaróg biały, chleb/bulka, masło, herbata DIETA 3,4 Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12	G	Chleb pszenny	90g	G	
		Chleb graham	90g	G	
		Bulka pszenna	50g	G	
		Masło 82%	10g	M	
	G	Cukier	10g	-	
		Jogurt grecki	20g	M	
		Ogórek kiszony	10g	-	
		Groszek konserwowy	5g	-	
	BO	Kukurydza konserwowa	5g	-	
		Marchew	40g	-	
		Ziemniaki	40g	-	
		Jabłko	10g	-	
	G	Pietruszka	5g	-	
		Seler	10g	SEL	
		Jaja	40g	J	
		Twaróg biały	70g	M	
		Śmietana 12%	5g	M	
		Herbata	230ml	-	
Kasza manna		30g	G		
Mleko 2%		400ml	M		

E=2300,72 kcal/W=323,01 g/ T= 69,24g/B=93,04g/Kw.Tł.Nasy.=30,53 g/Cukry=76,01 g/S=5,48g/ Bł.= 7,5g

Sporządził:

Zatwierdził:

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

BO- Bez obróbki cieplnej

PI- Pieczenie

S- Smażenie

GO- Gotowanie

PA- Parowanie

D- Duszenie

GR- Grillowanie

Oznaczenia alergenów:

G- Zboża zawierające gluten

M- Mleko i pochodne wraz z laktozą

J- Jaja i pochodne

R- Ryby i pochodne

O- Orzechy: włoskie, laskowe, ziemne, pekan, nerkowce, pistacje, migdały

SEL- Seler i pochodne

GOR- Gorczyca i produkty pochodne

SOJ- Soja i pochodne

SEZ- Nasiona sezamu i pochodne

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

E- Wartość energetyczna

B- Białko ogółem

T- Tłuszcz ogółem

Kw. Tł. Nasy.- Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem

W- Węglowodany ogółem

Cukry- w tym cukry

Bł.- Błonnik pokarmowy

S- Sól

Jadłospis może ulec zmianie ze względu na brak składnika potrawy.

Skład surowcowy potraw, wykaz alergenów oraz wartość energetyczna posiłków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2300,72 kcal/W=323,01 g/ T= 69,24g/B=93,04g/Kw.Tł.Nasy.=30,53 g/Cukry=76,01 g/S=5,48g/ Bł.= 7,5g

Sporządził:

Zatwierdził: