

06.01.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14	G G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
Szynka z indyka, ogórek kiszony, chleb graham, masło, herbata DIETA 6	G	Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	20g	G
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Jaja	25g	J
		Kiełbasa wieprzowa	20g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G G	Szynka z indyka	70g	-
		Ogórek kiszony	20g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny-DIETA 3, 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa krem jarzynowa z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	10ml	M
Sos potrawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D G	Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	50g	-
Kasza gryczana DIETA 1, 2, 6	G	Kalafior, mrożony	25g	SEL
		Brokuł, mrożony	25g	SEL
		Ziemniaki	130g	-
		Serek topiony	1g	M
		Śmietanka 30%	5ml	M
		Cebula świeża	2g	-
Kasza jaglana DIETA 3, 4, 12, 14	G	Bułka pszenna, czerstwa	25g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Filet drobiowy	70g	-
		Marchew	15g	-
		Kasza gryczana	60g	G
		Kasza jaglana	60g	-
Fasolka szparagowa na ciepło DIETA 1, 2, 6	BO	Fasola szparagowa, mrożona	100g	-
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Truskawka, mrożona	50g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	4g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka)- DIETA 1, 2, 6	BO	Pomarańcza, świeża	120g	-
KOLACJA Twarożek z makrelą, sałatka lodowa z rzodkiewką, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 6	G G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
		Twaróg biały/ Śmietana 12%	70g/ 5g	M/ M
Twarożek, sałata lodowa, chleb/ bułka, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Makrela wędzona	20g	R
		Sałata lodowa, świeża	15g	-
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kakao	2g	G
		Ryż brązowy	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2108,06kcal /W=275,69g/T=66,41g/B=95,72g/Kw.Tl.Nasy.=33,48g/Cukry=65,28g/S=4,76g/Bl.=26,46g

Sporządził:

Zatwierdził:

06.01.2025r.

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

Bl.- 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=2108,06kcal /W=275,69g/T=66,41g/B=95,72g/Kw.Tł.Nasy.=33,48g/Cukry=65,28g/S=4,76g/Bl.=26,46g

Sporządził:

Zatwierdził: