

25.01.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser topiony, ogórek kiszony, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1	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%	15g	M
		Cukier	3g	-
Pasta z jajka, ogórek kiszony, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 2, 6	G	Ser topiony	2x25g	M
	G	Ogórek kiszony	30g	-
	G	Jaja	70g	J
	G	Śmietana 12%	10g	M
	G	Kawa zbożowa	5g	G
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Ryż biały	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Gryśik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	-
Budyń DIETA 6 (bez cukru)	G	Syrop owocowy	15ml	-
		Budyń	15g	-
OBIAD Zupa grochowa z ziemniakami DIETA 1, 6	G	Cukier	3g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
Zupa ziemniaczana z jarzynami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
Makaron pełnoziarnisty z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie pomidorowym DIETA 1, 2, 6	D G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Groch, połówki	10g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Mieszanka 7-składnikowa	12g	SEL
		Kalafior, mrożony	12g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	5g	SEL
Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	G D	Marchew	30g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	12g	-
		Filet drobiowy	50g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Makaron pszenny, świderki	100g	G
		Filet drobiowy	100g	-
		Truskawka, mrożona	50g	-
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 6	BO	Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
KOLACJA Szynka wieprzowa, pomidor, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G	Pomarańcza, świeża	120g	-
		Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Cukier	3g	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Pomidor, świeży	50g	-
		Salata lodowa, świeża	15g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2147,94kcal /W=286,77g/T=67,95g/B=92,92g/Kw.Tl.Nasy.=33,48g/Cukry=68,91g/S=7,68g/Bl.=31,20g

Sporządził:

Zatwierdził:

25.01.2025r.

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=2147,94kcal /W=286,77g/T=67,95g/B=92,92g/Kw.Tł.Nasy.=33,48g/Cukry=68,91g/S=7,68g/Bl.=31,20g

Sporządził:

Zatwierdził: