

07.02.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY		
ŚNIADANIE Ser topiony, szpinak z papryką czerwoną, chleb, masło, kawa inka DIETA 1	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	-		
Twarożek z koperkiem, szpinak świeży, chleb, masło, kawa inka DIETA 2, 3, 4, 6	G	Szpinak baby, świeży	5g	-		
		Papryka czerwona, świeża	20g	-		
		Twaróg biały	70g	M		
		Śmietana 12%	10g	M		
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Koper, świeży	1g	-		
		Kawa inka	2g	G		
		Mleko 2%	230ml	M		
		Ryż biały	30g	-		
		Mleko 2%	400ml	M		
II ŚNIADANIE Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 12, 14	G	Serek homogenizowany	150g	M		
		Jogurt naturalny	150g	M		
		OBIAD Zupa pomidorowa z kaszą jęczmienną DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
				Marchew	15g	-
				Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
Zupa jarzynowa z kaszą jęczmienną DIETA 3, 4, 12, 14	G	Seler, korzeń	6g	SEL		
		Masło 82%	3g	M		
		Mleko 2%	10g	M		
Jajko w sosie koperkowym DIETA 1, 2, 6	G	Śmietana 12%	7g	M		
		Olej	10g	-		
		Mąka pszenna	15g	G		
Ryba duszona w sosie koperkowym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Włoszczyzna	25g	SEL		
		Koncentrat pomidorowy	10g	-		
		Kasza jęczmienna, średnia	30g	G		
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	100g	J		
		Koper, świeży	5g	-		
		Mąka pszenna	10g	G		
		Miruna, mrożona	100g	R		
		Włoszczyzna, mrożona	12g	-		
Surówka z kapusty kiszanej DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-		
		Kapusta kiszona	70g	-		
		Marchew, świeża	15g	-		
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jabłko, świeże	25g	-		
		Marchew kostka, mrożona	100g	SEL		
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL		
Kompot owocowy 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]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR		
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 6	BO	Banan, świeży	120g	-		
KOLACJA Paprykarz z makrelą w sosie pomidorowym z warzywami, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2, 6	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	-		
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R		
		Ryż biały	30g	-		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Marchew	10g	-		
		Włoszczyzna	25g	SEL		
		Pietruszka, korzeń	5g	-		
		Seler, korzeń	5g	SEL		
		Płatki jęczmienne	30g	G		
		Mleko 2%	400ml/ 130ml	M		
Herbata	230ml/ 100ml	-				

E=2158,22kcal /W=299,74g/T=71,77g/B=79,46g/Kw.Tl.Nasy.=32,53g/Cukry=76,12g/S=6,13g/Bl.=27,87g

Sporządził:

Zatwierdził:

07.02.2025r.

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=2158,22kcal /W=299,74g/T=71,77g/B=79,46g/Kw.Tł.Nasy.=32,53g/Cukry=76,12g/S=6,13g/Bl.=27,87g

Sporządził:

Zatwierdził: