

15.02.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z kielbasą drobiową, 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%	15g	M
		Cukier	3g	-
Konserwa rybna, papryka czerwona, chleb, masło, herbata DIETA 6	G	Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	20g	G
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Kielbasa drobiowa	20g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G G	Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Syrop owocowy	15ml	-
		Cukier	3g	-
Budyń DIETA 6 (bez cukru)	G	Budyń	13g	-
OBIAD Barszcz ukraiński z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	10ml	M
Mięso zapiekane w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D G	Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Buraki	60g	-
Kasza gryczana DIETA 1, 2, 6	G	Koncentrat buraczany	6ml	-
		Ziemniaki	80g	-
		Kalafior, mrożony/ Fasolka szparagowa, mrożona	12g/12g	SEL
Kasza jagłana DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mięso wieprzowe z szynki/ Filet drobiowy	30g/ 50g	-
		Bułka czerstwa	10g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	10g	J
		Kasza gryczana	60g	G
Surówka z kapusty pekińskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Kasza jagłana	60g	-
		Kapusta pekińska, świeża	70g	-
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew kostka, mrożona
Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL		
Cukier	3g	-		
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 6	BO	Pomarańcza, świeża	120g	M
Szynka z indyka, pomidor, chleb, masło, kakao 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%	15g	M
		Cukier	3g	-
Szynka z indyka, sałata lodowa, chleb, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Szynka z indyka	70g	-
		Pomidor, świeży	50g	-
		Sałata lodowa, świeża	10g	-
		Kakao	2g	G
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Mleko 2%	230ml	M
		Ryż brązowy	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2057,56kcal /W=275,29g/T=66,22g/B=87,28g/Kw.Tl.Nasy.=31,87g/Cukry=66,72g/S=6,71g/Bl.=26,66g

Sporządził:

Zatwierdził:

15.02.2025r.

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=2057,56kcal /W=275,29g/T=66,22g/B=87,28g/Kw.Tł.Nasy.=31,87g/Cukry=66,72g/S=6,71g/Bl.=26,66g

Sporządził:

Zatwierdził: