

17.02.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser topiony, szpinak świeży, chleb, masło, kawa inka 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	4g	-
Konserwa rybna, szpinak świeży, chleb, masło, kawa inka DIETA 2, 6	G	Ser topiony	2x25g	M
	G	Szpinak baby, świeży	10g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata- DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kawa inka	2g	G
	G	Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	230ml/ 400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt z owsianką DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt z owsianką	200g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa grochowa z ziemniakami DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
Zupa jarzynowa z ziemniakami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowym i mięsem mieszanym DIETA 1, 6	D	Olej	10g	-
	G	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Groch, połówki	10g	-
Makaron pszenny z sosem pomidorowym i mięsem mieszanym DIETA 2	G	Ziemniaki	130g	-
		Marchew	30g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	12g	-
Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Filet drobiowy	50g	-
	D	Mięso wieprzowe	30g	-
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Makaron pszenny, świderki	100g	G
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Filet drobiowy	100g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		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	-
Schab duszony, sałata czerwona strzępiasta, chleb, masło, herbata 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
Szynka drobiowa, sałata czerwona strzępiasta, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Cukier	4g	-
		Schab duszony, wędlina	70g	-
		Szynka drobiowa	70g	-
		Sałata czerwona strzępiasta, świeża	10g	-
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kasza jaglana	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2124,53kcal /W=278,48g/T=69,20g/B=89,75g/Kw.Tl.Nasy.=33,71g/Cukry=71,87g/S=6,93g/Bl.=28,43g

Sporządził:

Zatwierdził:

17.02.2025r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posilku:

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=2124,53kcal /W=278,48g/T=69,20g/B=89,75g/Kw.Tł.Nasy.=33,71g/Cukry=71,87g/S=6,93g/Bl.=28,43g

Sporządził:

Zatwierdził: