

18.02.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, ogórek kiszony, ketchup, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6(bez ketchupu)	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	3g	-
		Parówka drobiowa	100g	-
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12,14	G G	Ogórek kiszony	30g	-
		Ketchup	20g	-
		Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Budyń+ biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Budyń	13g	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Biszkopty	12g	G, J
OBIAD Zupa pomidorowa z tartym grysikiem DIETA 1, 2, 6	G	Cukier	3g	-
		Kości, wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Por, świeży	3g	-
Zupa jarzynowa z tarty grysikiem DIETA 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
Indyk duszony w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	10g	-
		Kasza manna	30g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	10g	J
		Cebula	2g	-
		Filet z indyka	100g	-
Ćwikła z jabłkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	250g	-
		Buraki, świeże	80g	-
		Jabłko, świeże	30g	-
		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, czosnek]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Kiwi DIETA 1, 2, 6	BO	Kiwi, świeże	100g	-
KOLACJA Drożdźówka z budyniem, jabłkiem i kruszonką, chleb, plaster sera białego, masło, kakao DIETA 1, 2, 3, 4	PI G	Chleb pszenny	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	3g	-
		Mąka pszenna	50g	G
Twarożek z szczypiorkiem, papryka czerwona, chleb, masło, kakao DIETA 6	G	Mleko 2%	100ml	M
		Drożdże, instant	1g	-
		Masło 82%	7g	-
		Jaja	4g	J
		Cukier	10g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
		Budyń wanilinowy	4g	-
		Mleko 2%	50ml	M
		Jabłko, świeże	30g	-
Twaróg biały	30g/ 70g	M		
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Szczypiór, świeży	1g	-
		Papryka czerwona, świeża	50g	-
		Kakao	2g	G
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2138,47kcal /W=281,49g/T=70,70g/B=86,54g/Kw.Tl.Nasy.=31,32g/Cukry=83,25g/S=5,69g/Bl.=23,17g

Sporządził:

Zatwierdził:

18.02.2025r.

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=2138,47kcal /W=281,49g/T=70,70g/B=86,54g/Kw.Tł.Nasy.=31,32g/Cukry=83,25g/S=5,69g/Bl.=23,17g

Sporządził:

Zatwierdził: