

27.02.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser żółty, pomidor, 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	4g	-
Szynka z indyka, pomidor, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 2, 3, 4, 6 (3, 4- bez pomidora)	G	Ser żółty	50g	M
	G	Pomidor, świeży	50g	-
		Szynka z indyka	70g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata- DIETA 12, 14	G	Płatki jęczmienne	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Galaretka z owocami DIETA 1, 2, 3, 4	G	Galaretka	23g	-
		Ananas w syropie	15g	-
		Brzoskwinia w syropie	20g	-
Kisiel DIETA 6(bez cukru), 12, 14	G	Kisiel	13g	-
		Cukier	2g	-
OBIAD Rosół z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400ml	-
		Marchew, świeża/ Pietruszka, korzeń/ Por	15g/7g/ 3g	-/-/-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
Schab wieprzowy duszony w jarzynach w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Cebula	2g	-
		Natka pietruszki, świeża	1g	-
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	130g	-
		Schab wieprzowy	100g	-
		Włoszczyzna	12g	SEL
Surówka z kapusty pekińskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Kasza jęczmienna	70g	-
		Kapusta pekińska, świeża	70g	SEL
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko świeże	20g	-/-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt grecki	20g	M
		Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
		Jabłko, świeże	50g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem 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, kwas cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Kiwi DIETA 1, 2, 6	BO	Kiwi, świeże	100g	-
KOLACJA Salatka ryżowa z tuńczykiem, 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%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Ryż biały	40g	-
		Tuńczyk w sosie własnym	30g	R
		Papryka czerwona, świeża	25g	-
		Kukurydza konserwowa	16g	-
		Szczypiorek, świeży	1g	-
		Koper, świeży	1g	-
		Jogurt grecki	20g	M
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Przyprawy [czosnek, sól, pieprz]	-	SEL, G, O, J SOJ
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 130ml	M
		Herbata	230ml/ 100ml	-

E= 2138,65kcal/W=279,34g/T=74,16g/B=91,60g/Kw.Tl.Nasy.=37,76g/Cukry=61,22g/S=5,08g/Bl.=28,38g

Sporządził:

Zatwierdził:

27.02.2025r.

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= 2138,65kcal/W=279,34g/T=74,16g/B=91,60g/Kw.Tł.Nasy.=37,76g/Cukry=61,22g/S=5,08g/Bl.=28,38g

Sporządził:

Zatwierdził: