

01.04.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser żółty, pomidor, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
Szynka drobiowa, pomidor, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 2, 6	G G	Ser żółty	50g	M
		Pomidor, świeży	50g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Mleko 2%	230ml	M
		Kawa zbożowa	5g	G
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Kefir owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Kefir owocowy	375ml	M
Kefir naturalny DIETA 6	BO	Kefir naturalny	200ml	M
OBIAD Zupa brokułowa z lanym ciastem i soczewicą czerwoną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
Zupa jarzynowa z lanym ciastem DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
Sos potrawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D PA	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Brokuł, mrożony	70g	SEL
Kluski śląskie DIETA 1, 2	G	Soczewica czerwona	10g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
Ziemniaki DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Filet drobiowy	80g	-
		Włoszczyzna	12g	SEL
		Ziemniaki	160g/250g	-
		Mąka ziemniaczana	30g	-
Buraczki na ciepło DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	10g	J
		Mąka pszenna	10g	G
		Buraki, świeże	120g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Truskawka, mrożona	50g	-
		Cukier	4g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Pomarańcza, świeża	120g	-
KOLACJA Twarożek, miód, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
Twarożek, szpinak świeży, chleb, masło, herbata DIETA 6	G	Miód	25g	-
		Twaróg biały	50g	M
		Śmietana 12%	10g	-
		Szpinak baby, świeży	10g	-
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2204,29kcal/W=303,47g/T=66,42g/B=96,14g/Kw.Tł.Nasy.=32,78g/Cukry=100,13g/S=4,72g/Bl.=26,93g

Sporządził:

Zatwierdził:

01.04.2025r.

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=2204,29kcal/W=303,47g/T=66,42g/B=96,14g/Kw.Tł.Nasy.=32,78g/Cukry=100,13g/S=4,72g/Bl.=26,93g
--

Sporządził:

Zatwierdził: