

06.04.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	10g	M
Pasta z jajka, rukola, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G	Rukola, świeża	10g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Szpinak mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	100ml	-
		Jabłko	50g/ 150g	-
Jabłko DIETA 6	BO	Banan	30g	-
OBIAD Rosół z lanym ciastem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości , wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	6g	-
		Seler , korzeń	7g	SEL
Kotleciki siekane DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	7g	M
		Olej	10ml	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cebula	2g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Filet drobiowy	80g	-
Surówka z kapusty pekińskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Mąka pszenna	15g	G
		Jaja	5g	J
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kapusta pekińska, świeża	80g	-
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
		Jogurt typu greckiego	20g	M
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Herbata	230ml	-
Herbata z pomarańczą, imbirem i cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	4g	-
		Pomarańcza, świeża	20g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, imbir, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jogurt owocowy pitny DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Jogurt owocowy pitny	250ml	M
Jogurt naturalny pitny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny pitny	330ml	M
KOLACJA Pasta z sera białego i makreli wędzonej, ogórek kiszony, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Twaróg biały	60g	M
Pasta z sera białego i makreli wędzonej, sałata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Śmietana 12%	10g	M
		Makreła wędzona	20g	R
		Ogórek kiszony	30g	-
		Sałata lodowa	15g	-
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2086,71kcal /W=273,77g/T=69,59g/B=89,96g/Kw.Tl.Nasy.=34,48g/Cukry=83,89g/S=5,19g/Bl.=24,04g

Sporządził:

Zatwierdził:

06.04.2025r.

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=2086,71kcal /W=273,77g/T=69,59g/B=89,96g/Kw.Tł.Nasy.=34,48g/Cukry=83,89g/S=5,19g/Bl.=24,04g
--

Sporządził:

Zatwierdził: