

09.04.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka drobiowa, sałatka z roszponki i pomidora, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ
Szynka drobiowa, roszponka, chleb, masło, kawa inka DIETA 3, 4	G	Roszpinka, świeża	10g	-
		Pomidor, świeży	30g	-
		Kawa inka	2g	G
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 12,14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 6, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny- DIETA 3, 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa ogórkowa z ryżem białym DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	3g	M
Zupa jarzynowa z ryżem białym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Zapiekanka ziemniaczana z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G PA	Ogórki kiszzone	30g	-
		Ryż biały	30g	-
		Ziemniaki	250g	-
		Brokuł, mrożony	25g	SEL
		Marchew mrożona, kostka	25g	-
		Kalafior, mrożony	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	50g	SEL
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	25g	SEL
Sos pomidorowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kukurydza konserwowa	10g	-
		Groszek konserwowy	10g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Koncentrat pomidorowy	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Herbata	230ml	-
Herbata z pomarańczą, imbirem i cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12,14	G	Pomarańcza, świeża	20g	-
		Cukier	4g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, imbir, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Sok owocowy- DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Sok owocowy	330ml	-
Jabłko- DIETA 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Sałatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2 (bez papryki), 6	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Kapusta pekińska	50g	-
		Filet drobiowy	40g	-
		Papryka czerwona	20g	-
		Ogórek kiszony	24g	-
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Pomidor	20g	-
	G	Kukurydza konserwowa	10g	-
		Olej	13g	-
		Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2110,85kcal /W=275,64g/T=69,16g/B=90,06g/Kw.Tl.Nasy.=28,70g/Cukry=93,52g/S=6,56g/Bl.=26,58g

Sporządził:

Zatwierdził:

09.04.2025r.

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=2110,85kcal /W=275,64g/T=69,16g/B=90,06g/Kw.Tł.Nasy.=28,70g/Cukry=93,52g/S=6,56g/Bl.=26,58g
--

Sporządził:

Zatwierdził: