

13.03.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	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	-
		Twaróg biały	70g	M
		Smietana 12%	10g	M
		Pomidor, świeży	50g	-
Twarożek, pomidor, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G	Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Owsianka z jabłkiem i cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Jabłko, świeże	50g	-
OBIAD Zupa krem brokułowa z grzankami DIETA 1, 2, 6	G	Cynamon/ Cukier	1g/ 3g	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR / -
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/-
Zupa krem jarzynowa z grzankami DIETA 3, 4, 12, 14	G	Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Smietana 12%	7g	M
Wątróbka z warzywami w sosie własnym- DIETA 1, 2, 6	D	Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Mięso drobiowe duszone w sosie własnym- DIETA 3, 4, 12, 14	D	Ziemniaki	100g	-
		Brokuł, mrożony	60g	SEL
		Śmietanka 30%	5ml	M
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ser topiony	1g	M
		Bułka, czerstwa	20g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Wątróbka drobiowa	100g	-
		Włoszczyzna	12g	SEL
Surówka z kapusty czerwonej DIETA 1, 2, 6	BO	Filet drobiowy	100g	-
		Kasza jęczmienna, średnia	50g	G
		Szpinak, mrożony	100g	SEL
		Kapusta czerwona, świeża	70g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew świeża/ Jabłko, świeże	15g/ 25g	-/-
		Cebula	2g	-
		Truskawka, mrożona	50g	-
		Cukier	3g	-
Kompot truskawkowy 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]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Banan, świeży	120g	-
KOLACJA Galareta drobiowa, szpinak świeży, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	3g	-
		Udło drobiowe/ Filet drobiowy	38g/ 20g	-/-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	4g	SEL
		Marchew, świeża	10g	-
		Natka pietruszki, liście	1g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Włoszczyzna	20g	SEL
		Groszek konserwowy	5g	-
		Żelatyna	10g	-
		Szpinak baby, świeży	10g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Herbata	230ml	-

E=2160,69kcal /W=301,54g/T=65,95g/B=96,13g/Kw.Tł.Nasy.=28,35g/Cukry=71,76g/S=4,94g/Bl.=30,52g

Sporządził:

Zatwierdził:

13.03.2025r.

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=2160,69kcal /W=301,54g/T=65,95g/B=96,13g/Kw.Tł.Nasy.=28,35g/Cukry=71,76g/S=4,94g/Bl.=30,52g
--

Sporządził:

Zatwierdził: