

15.03.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser topiony, rukola, rzodkiewka, chleb, masło, kakao 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	3g	-
		Ser topiony	2x25g	M
Pasta z jajka, rukola, rzodkiewka, chleb, masło, kakao DIETA 2, 6	G	Rukola, świeża	5g	-
	G	Rzodkiewka, świeża	10g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	10g	M
		Kakao	2g	G
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	-
		Syrop owocowy	15ml	-
Budyń DIETA 6 (bez cukru)	G	Budyń	15g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa grochowa z ziemniakami DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
Zupa ziemniaczana z jarzynami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Groch, półówki	10g	-
Makaron pełnoziarnisty z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie pomidorowym DIETA 1, 2, 6	D	Ziemniaki	130g	-
	G	Mieszanka 7-składnikowa	12g	SEL
		Kalafior, mrożony	12g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	5g	SEL
		Marchew	30g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Koncentrat pomidorowy	12g	-
	D	Filet drobiowy	50g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Makaron pszenny, świderki	100g	G
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Filet drobiowy	100g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Kiwi, świeże DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Kiwi, świeże	100g	-
KOLACJA Szynka wieprzowa, pomidor, 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	3g	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Pomidor, świeży	50g	-
		Sałata lodowa, świeża	15g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Płatki owsiane	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2139,04kcal /W=282,06g/T=68,50g/B=92,92g/Kw.Tl.Nasy.=33,70g/Cukry=70,91g/S=7,18g/Bl.=31,24g

Sporządził:

Zatwierdził:

15.03.2025r.

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=2139,04kcal /W=282,06g/T=68,50g/B=92,92g/Kw.Tł.Nasy.=33,70g/Cukry=70,91g/S=7,18g/Bl.=31,24g
--

Sporządził:

Zatwierdził: