

23.03.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasta z sera białego z tuńczykiem i szczypiorkiem, rzodkiewka, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 6	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%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Twaróg biały	50g	M
		Śmietana 12%	10g	M
		Tuńczyk w sosie własnym	20g	R
		Szczypior, świeży	1g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Rzodkiewka, świeża	15g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
II ŚNIADANIE Jabłko, świeże DIETA 1, 6	BO	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
		Jabłko, świeże	150g	-
		Jabłko, pieczone		
OBIAD Rosół z lanym ciastem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	DIETA 2, 3, 4, 12, 14		
		Kości, wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
Udziec drobiowy w warzywach DIETA 1, 2, 6	PI	Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10ml	M
		Śmietana 12%	7g	M
Filet z kurczaka z warzywami DIETA 3, 4, 12, 14	D PA	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Cebula, świeża	2g	-
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Natka pietruszki, świeża	1g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Udziec drobiowy, świeży	100g	-
Ćwikła z jabłkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Filet z kurczaka	100g	-
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
		Buraki	100g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Jabłko, świeże	20g	-
		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 Jogurt z owsianką DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Jogurt z owsianką	200g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Schab duszony, jarmuż świeży, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G G	Chleb pszenny	30-120g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-120g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Schab duszony	70g	-
		Jarmuż, świeży	10g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2161,81kcal/W=273,00g/T=74,16g/B=96,60g/Kw.Tl.Nasy.=32,58g/Cukry=72,64g/S=6,89g/Bl.=29,96g

Sporządził:

Zatwierdził:

23.03.2025r.

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=2161,81kcal/W=273,00g/T=74,16g/B=96,60g/Kw.Tł.Nasy.=32,58g/Cukry=72,64g/S=6,89g/Bl.=29,96g

Sporządził:

Zatwierdził: