

24.03.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą kuskus, 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%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Jaja	70g	J
Pasta z jajka z koperkiem, ogórek kiszony, chleb, masło, bawarka DIETA 6+ Rehabilitacja	G	Śmietana 12%	10g	M
		Koper, świeży/ Ogórek kiszony	1g/ 20g	-
		Herbata	100ml	-
		Mleko 2%	130ml	M
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Sałatka owocowa DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Herbata	230ml	-
		Kiwi, świeże	15g	-
		Banan, świeży	40g/ 120g	-
Banan- DIETA 6, 12, 14	BO	Pomarańcza, świeża	30g	-
		Jabłko, świeże	50g	-
		Ananas w syropie/ Brzoskwinia w syropie	15g/ 22g	-/ -
OBIAD Zupa ziemniaczana z soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10ml	M
		Śmietana 12%	7g	M
Zupa ziemniaczana DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Olej	5g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Naleśniki z serem i jabłkiem DIETA 1, 2	S	Ziemiaki	130g	-
		Soczewica zielona	10g	-
		Mleko 2%	150ml	M
		Jaja	10g	J
Makaron pszenny z serem białym i musem jabłkowym słodzone DIETA 3, 4, 12, 14	G D	Mąka pszenna	70g	G
		Twaróg biały	100g	M
		Jabłko	150g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
Makaron pełnoziarnisty z serem białym i musem jabłkowym niesłodzonym- DIETA 6	G D	Cukier	3g	-
		Makaron pszenny, świderki	100g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	4g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Mandarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Mandarynka, świeża	120g	-
KOLACJA Pasta z mięsa z warzywami, sałata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	PI 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	-
		Filet drobiowy	60g	-
		Włoszczyzna	30g	SEL
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Marchew, świeża/ Pietruszka korzeń, świeża	15g/ 5g	-/ -
		Seler korzeń, świeży	5g	SEL
		Olej	7g	-
		Sałata lodowa, świeża	10g	-
		Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2179,79kcal/W=310,33g/T=64,50g/B=88,04g/Kw.Tł.Nasy.=30,30g/Cukry=85,02g/S=3,83g/Bł.=30,20g

Sporządził:

Zatwierdził:

24.03.2025r.

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=2179,79kcal/W=310,33g/T=64,50g/B=88,04g/Kw.Tł.Nasy.=30,30g/Cukry=85,02g/S=3,83g/Bl.=30,20g

Sporządził:

Zatwierdził: