

03.05.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser topiony, rukola, rzodkiewka, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Ser topiony	2x25g	M
Pasta z jajka, rukola, rzodkiewka, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 2, 6	G	Rukola, świeża	5g	-
	G	Rzodkiewka, świeża	10g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	10g	M
		Kawa zbożowa	5g	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 Gryzik 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 pomidorowa z ryżem białym DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
Zupa jarzynowa z ryżem białym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%/ Śmietana 12%	10g/ 7g	M/ M
Schab duszony w jarzynach DIETA 1, 2, 6	D	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	10g	-
Kurczak duszony w jarzynach DIETA 3, 4, 12, 14	D	Ryż biały	30g	-
		Schab wieprzowy	100g	-
		Filet z kurczaka	100g	-
		Włoszczyzna, mrożona	12g	SEL
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mąka pszenna	10g	G
		Ziemniaki	250g	-
		Seler, korzeń	80g	SEL
Surówka z selera i jabłka z jogurtem Dieta 1, 2, 6	BO	Jabłko, świeże	30g	-
		Jogurt typu greckiego	20g	M
Włoszczyzna na ciepło Dieta 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Jabłka, świeże	50g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Kiwi, świeże DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Kiwi, świeże	100g	-
KOLACJA Sałatka z buraka czerwonego, 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	-
		Buraki czerwone, świeże	75g	-
Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Ogórek kiszony	20g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
		Jaja	50g	J
		Jogurt grecki	20g	M
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Sałata lodowa, świeża	10g	-
	G	Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2158,45kcal /W=292,17g/T=73,82g/B=83,34g/Kw.Tl.Nasy.=36,80g/Cukry=71,45g/S=5,70g/Bl.=30,25g

Sporządził:

Zatwierdził:

03.05.2025r.

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=2158,45kcal /W=292,17g/T=73,82g/B=83,34g/Kw.Tł.Nasy.=36,80g/Cukry=71,45g/S=5,70g/Bl.=30,25g
--

Sporządził:

Zatwierdził: