

11.04.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i koperkiem, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14		Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Zakwas barszczu białego	30g	G
Pasta jajeczna z koperkiem, papryka czerwona, chleb, masło, herbata DIETA 6		Mąka pszenna	20g	G
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	4g	M
		Koper, świeży	5g/ 1g	-
		Jaja	50g/ 70g	J
		Śmietana 12%	10g	M
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń owocowy+ biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	G	Budyń owocowy	13g	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Biszkopty	12g	G, J
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa jarzynowa z kostką grysiową DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
Ryba po grecku DIETA 1, 2, 6	D	Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
Ryba duszona w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa, mrożona	50g	-
		Kasza manna	30g	G
		Miruna, bez skóry	100g	R
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	10g	-
		Ziemniaki	250g	-
Surówka z selera i jabłka z jogurtem DIETA 1, 2, 6	BO	Seler, korzeń	80g	SEL
		Jabłko, świeże	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	-
		Cukier	3g	-
Kompot owocowy 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 Chalka, dżem owocowy, plaster sera białego, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 3, 4	G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Chalka	100g	G, J, SOJ, M
		Dżem owocowy	2x25g	-
Konserwa rybna, szpinak świeży, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 6	G	Twaróg biały	40g	M
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
		Szpinak baby, świeży	5g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Ryż brązowy	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2286,72kcal /W=330,51g/T=71,02g/B=79,69g/Kw.Tl.Nasy.=33,30g/Cukry=94,76g/S=4,70g/Bl.=28,72g

Sporządził:

Zatwierdził:

11.04.2025r.

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=2286,72kcal /W=330,51g/T=71,02g/B=79,69g/Kw.Tł.Nasy.=33,30g/Cukry=94,76g/S=4,70g/Bl.=28,72g
--

Sporządził:

Zatwierdził: