

15.04.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka z indyka, sałata zielona, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
	G	Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Szynka z indyka	70g	SOJ
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Salata zielona, świeża	10g	-
	G	Kakao	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Owsianka z brzoskwinia i ananasem DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Brzoskwinia w syropie	19g	-
		Ananas w syropie	14g	-
Budyń- DIETA 6 (bez cukru)	G	Budyń	13g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa kalafiorowa z kaszą kuskus DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/-
Zupa jarzynowa z kaszą kuskus DIETA 3, 4, 12, 14	D	Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10ml	M
		Śmietana 12%	7ml	M
Pulpety z mięsa mieszanego w sosie pomidorowym DIETA 1, 2, 6	G	Olej	10ml	-
	D	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Kalafior, mrożony	60g	-
Pulpety z mięsa drobiowego w sosie własnym- DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kasza kuskus	30g	G
	D	Mięso wieprzowe z szynki	40g	-
		Mięso drobiowe z fileta	40g/ 80g	-
		Bułka czerstwa	10g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	5g	J
		Koncentrat pomidorowy	10g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Ziemniaki	250g	-
Surówka z kapusty białej DIETA 1, 2, 6	G	Kapusta biała, świeża	70g	-
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt typu greckiego	20g	M
		Szpinak, mrożony	100g	SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Mieszanka kompotowa, mrożona	30g	-
		Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Pomarańcza, świeża	120g	-
KOLACJA Salatka z makaronem ryżowym, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2(bez papryki), 6	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Makaron ryżowy	30g	G, J
		Papryka czerwona	10g	-
		Kukurydza konserwowa	7g	-
		Szynka wieprzowa	20g	-
		Groszek konserwowy	7g	-
		Jogurt grecki	15g	M
		Ogórek kiszony	10g	-
		Śmietana 12%	5g	M
		Jaja	20g	J
		Makaron pszenny, świderki	30g	G, J
Zupa mleczna z makaronem świderki, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	400ml	M
	G	Herbata	230ml	-

E=2128,16kcal/W=289,98g/T=65,42g/B=95,38g/Kw.Tl.Nasy.=30,85g/Cukry=59,79g/S=6,80g/Bl.=31,41g

Sporządził:

Zatwierdził:

15.04.2025r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

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=2128,16kcal/W=289,98g/T=65,42g/B=95,38g/Kw.Tł.Nasy.=30,85g/Cukry=59,79g/S=6,80g/Bl.=31,41g

Sporządził:

Zatwierdził: