

18.04.2025r.

Wielki Piątek

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasta z jajka ze szczypiorkiem, rzodkiewka, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 6	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	3g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	10g	M
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Szczypior świeży /Rzodkiewka, świeża	1g /15g	-/ -
		Kawa zbożowa	5g	G
		Mąka pszenna	30g	M
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
II ŚNIADANIE Owsianka z truskawką i bananem DIETA 1, 2, 3, 4	G	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
Budyń DIETA 6(bez cukru), 12,14	G	Truskawka, mrożona	30g	-
		Banan, świeży	30g	-
		Budyń	13g	-
OBIAD Zupa pomidorowa z ryżem białym DIETA 1, 2, 6	G	Cukier	3g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
Zupa jarzynowa z ryżem białym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	3g	M
Pulpety rybne w sosie koperkowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D PA	Mleko 2%/ Śmietana 12%	10ml/ 7ml	M/ M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g/ 10g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	10g	-
		Ryż biały	30g	-
Surówka z kapusty kiszanej DIETA 1, 2, 6	BO	Miruna, bez skóry	100g	R
		Jaja / Bułka pszenna, czerstwa	5g/ 10g	J/ G
		Ziemniaki/ Koper, świeży	250g/ 5g	-/ -
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kapusta kiszona	70g	-
		Jabłko, świeże/ Marchew, świeża	20g/ 20g	-
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	100g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Mieszanaka kompotowa	30g	-
		Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Kiwi- DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Kiwi, świeże	100g	-
KOLACJA Drożdżówka z budyniem, jabłkiem i kruszonką, chleb, plaster sera białego, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4	PI G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	3g	-
		Mąka pszenna	50g	G
		Mleko 2%	100ml/ 50ml	M
		Drożdże, instant	1g	-
		Masło 82%/ Śmietana 12%	7g/ 10g	M/ M
		Jaja	4g	J
Twarożek z tuńczykiem, sałata zielona, chleb, masło, herbata DIETA 6	G	Cukier	10g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
		Budyń wanilinowy	4g	-
		Jabłko, świeże	50g	-
Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Twaróg biały	30g/ 60g	M
		Tuńczyk w sosie własnym	20g	R
		Sałata zielona, świeża	10g	-
		Makaron pszenny, nitki	30g	G, J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2167,22kcal /W=311,68g/T=65,59g/B=84,40g/Kw.Tl.Nasy.=29,17g/Cukry=80,03g/S=3,89g/Bl.=29,33g

Sporządził:

Zatwierdził:

18.04.2025r.

Wielki Piątek

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=2167,22kcal /W=311,68g/T=65,59g/B=84,40g/Kw.Tł.Nasy.=29,17g/Cukry=80,03g/S=3,89g/Bl.=29,33g
--

Sporządził:

Zatwierdził: