

19.04.2025r.

Wielka Sobota

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Twaróg biały	70g	M
Twarózek, sałata lodowa, chleb, masło, bawarka DIETA 3, 4, 6	G G	Śmietana 12%	10g	M
		Sałata lodowa	10g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 130ml	M
		Herbata	230ml/ 100ml	-
II ŚNIADANIE Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Sok owocowy	330ml	-
Mandarynka DIETA 6	BO	Mandarynka, świeża	120g	-
OBIAD Zupa ziemniaczana z jarzynami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	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
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Makaron pszenny z serem białym i musem jabłkowym słodzonem DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Ziemniaki	100g	-
		Twaróg biały	90g	M
		Jabłko	100g	-
Makaron pełnoziarnisty z serem białym i musem jabłkowym niesłodzonym- DIETA 6	G	Cukier wanilinowy	1g	-
		Cukier	3g	-
		Makaron pszenny, świderki	70g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	70g	G
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12,14	G	Mieszanka kompotowa	30g	-
		Cukier	4g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny DIETA 3, 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Paprykarz z makrelą w sosie pomidorowym z warzywami, szpinak świeży, 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	4g	-
		Filety z makrelą w sosie pomidorowym	50g	R
		Ryż biały	25g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Marchew, świeża	10g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Pietruszka, korzeń, świeża	5g	-
		Seler korzeń, świeży	5g	SEL
		Szpinak, świeży	5g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2261,11kcal/W=322,26g/T=68,83g/B=80,11g/Kw.Tł.Nasy.=33,65g/Cukry=114,41g/S=4,41g/Bł.=22,58g

Sporządził:

Zatwierdził:

19.04.2025r.

Wielka Sobota

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

Bł.- 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=2261,11kcal/W=322,26g/T=68,83g/B=80,11g/Kw.Tł.Nasy.=33,65g/Cukry=114,41g/S=4,41g/Bł.=22,58g
--

Sporządził:

Zatwierdził: