

21.04.2025r.

Poniedziałek Wielkanocny

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Schab duszony, ogórek kiszony, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
Schab duszony, sałata lodowa, chleb, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Schab duszony	70g	-
		Ogórek kiszony	30g	-
		Sałata lodowa, świeża	35g	-
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 12,14	G	Kakao	2g	G
	G	Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt z owsianką DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt z owsianką	200g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa brokułowa z kaszą manną DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Pietruszka, korzeń	7g	-
Zupa jarzynowa z kaszą manną DIETA 3, 4, 12, 14	G	Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
Bitki drobiowe w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Śmietana 12%	7g	M
		Olej rzepakowy	5g	-
		Mąka pszenna	15g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Kasza manna	30g	G
		Brokuł, mrożony	60g	-
Marchew z groszkiem na ciepło DIETA 1, 2, 6	G	Cebula	2g	-
		Filet z kurczaka	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew mrożona, kostka	100g	-
		Groszek konserwowy	10g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	4g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, imbir, gałka muszkatołowa, czosnek]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Jabłko świeże DIETA 1, 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-
Jabłko gotowane DIETA 2, 3, 4	G			
KOLACJA Salatka z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Kasza jęczmienna	40g	G
		Filet drobiowy	30g	-
		Olej rzepakowy	7ml	-
		Papryka czerwona, świeża	30g	-
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Ogórek kiszony	30g	-
		Kukurydza konserwowa	10g	-
		Ryż brązowy	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2091,19kcal /W=280,52g/T=64,48g/B=92,08g/Kw.Tł.Nasy.=28,32g/Cukry=73,23g/S=6,94g/Bl.=30,57g

Sporządził:

Zatwierdził:

21.04.2025r.

Poniedziałek Wielkanocny

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 posilków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2091,19kcal /W=280,52g/T=64,48g/B=92,08g/Kw.Tł.Nasy.=28,32g/Cukry=73,23g/S=6,94g/Bl.=30,57g
--

Sporządził:

Zatwierdził: