

23.04.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z makaronem świderki, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Jaja	70g	J
Pasta z jajka z szczypiorkiem, rzodkiewka, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G G	Śmietana 12%	10g	M
		Szczypior, świeży/ Papryka czerwona, świeża	1g/ 30g	-/ -
		Makaron pszenny, świderki	30g	G, J
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
II ŚNIADANIE Salatka owocowa DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Herbata	230ml/ 130ml	-
		Kiwi, świeże	15g	-
		Banan, świeży	40g	-
		Pomarańcza, świeża	30g	-
		Jabłko, świeże	150g/50g	-
Jabłko świeże/ gotowane DIETA 6/ 12, 14	BO/ PA	Ananas w syropie	15g	-
		Brzoskwinia w syropie	22g	-
OBIAD Kapuśniak z ziemniakami, kielbasą i soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
Zupa ziemniaczana DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Ryż biały z jabłkiem prażonym z cynamonem słodszym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	PA D	Ziemniaki	100g	-
		Kapusta biała	60g	-
		Kielbasa wieprzowa	40g	-
		Koncentrat pomidorowy/ Soczewica zielona	5g/ 10g	-/ -
		Ryż biały/ Ryż brązowy	60g/ 60g	-/ -
Ryż brązowy DIETA 6	G	Mleko 2%	150ml	M
		Cukier	2g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
Sos potrawkowy DIETA 6	D G	Jabłko	100g	-
		Cynamon	1g	-
		Mleko 2%	50g	M
Fasolka szparagowa na ciepło DIETA 6	G	Budyń waniliowy	5g	-
		Mąka pszenna/ Mąka ziemniaczana	4g/ 2g	G/ -
		Cukier wanilinowy	1g	-
Sos waniliowy DIETA 1, 2, 3, 4	G	Cukier	1g	-
		Filet drobiowy	100g	-
		Fasolka szparagowa, mrożona	100g	-
		Truskawka, mrożona	50g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12,14	G	Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Kefir owocowy DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Kefir owocowy	375g	M
Kefir naturalny DIETA 6	BO	Kefir naturalny	200g	M
KOLACJA Kurczak gotowany, sałata zielona, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Kurczak gotowany, wędlina	70g	SOJ
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Sałata zielona, świeża	10g	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2272,05kcal/W=328,85g/T=70,36g/B=80,95g/Kw.Tł.Nasy.=30,45g/Cukry=112,36g/S=6,22g/Bl.=26,25g

Sporządził:

Zatwierdził:

23.04.2025r.

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=2272,05kcal/W=328,85g/T=70,36g/B=80,95g/Kw.Tł.Nasy.=30,45g/Cukry=112,36g/S=6,22g/Bl.=26,25g
--

Sporządził:

Zatwierdził: