

27.04.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z kielbasą drobiową, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Zakwas barszczu białego	30g	G
Konserwa rybna, papryka czerwona, chleb, masło, herbata DIETA 6	G	Mąka pszenna	30g	G
	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Jaja	25g	J
		Kielbasa drobiowa	50g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Papryka czerwona, świeża	15g	-
	G	Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14	BO	Szpinak mrożony	35g	SEL
		Sok pomarańczowy	100ml	-
		Jabłko	60g/ 150g	-
Jabłko gotowane/ świeże DIETA 3, 4/ 6	G/ BO	Banan	35g	-
OBIAD Rosół z ryżem białym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400ml	-
		Marchew, świeża	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler , korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
Kotlet schabowy DIETA 1	S	Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Cebula	2g	-
Schab wieprzowy duszony w jarzynach- DIETA 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Natka pietruszki, świeża	1g	-
		Ryż biały	30g	-
		Schab wieprzowy	80g	-
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	10g	J
		Mąka pszenna	10g	G
		Bułka pszenna, czerstwa	15g	G
Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i jogurtem DIETA 1, 2, 6	BO	Włoszczyzna	25g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
		Kapusta pekińska, świeża	70g	-
		Pomidor, świeży	50g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt typu greckiego	20g	M
		Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
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, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jogurt owocowy- DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Jogurt owocowy	125g	M
Jogurt naturalny- DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	200g	M
KOLACJA Szynka wieprzowa, sałata lodowa, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
Kurczak gotowany, sałata lodowa, chleb, masło, bawarka- DIETA 3, 4	G	Cukier	4g	-
		Szynka wieprzowa, wędlina	70g	-
		Kurczak gotowany, wędlina	70g	SOJ
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Salata lodowa, świeża	10g	-
	G	Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-

E= 2102,90kcal/W=281,08g/T=69,12g/B=89,12g/Kw.Tl.Nasy.=32,32g/Cukry=61,99g/S=7,07g/Bl.=25,44g

Sporządził:

Zatwierdził:

27.04.2025r.

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= 2102,90kcal/W=281,08g/T=69,12g/B=89,12g/Kw.Tł.Nasy.=32,32g/Cukry=61,99g/S=7,07g/Bl.=25,44g
--

Sporządził:

Zatwierdził: