

28.04.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser żółty, rzodkiewka, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	3g	-
Pasta z jajka, rzodkiewka, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 2, 6	G	Ser żółty	50g	M
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	10g	M
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kawa zbożowa	5g	G
	G	Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
		Kasza manna	30g	-
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Owsianka z ananasem i wiórkami kokosowymi DIETA 1, 2, 3, 4	G	Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Ananas w syropie	24g	-
		Wiórki kokosowe	3g	-
		Budyń	13g	-
Budyń- DIETA 6 (bez cukru), 12, 14	G	Cukier	3g	-
OBIAD Zupa gulaszowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami DIETA 1, 6	G	Kości , wywar	200ml	-
		Marchew, świeża	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%/ Śmietana 12%	10g/ 7g	M/ M
		Olej	2ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym- DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Filet z piersi kurczaka	30g	-
		Soczewica czerwona	10g	-
Naleśniki z serem i dżemem DIETA 1, 2	S	Ziemniaki	130g	-
		Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Mleko 2%	150ml	M
Makaron pszenny z serem białym i musem truskawkowym słodzone DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jaja	10g	J
	D	Mąka pszenna	60g	G
		Olej	4ml	-
		Cukier / Cukier wanilinowy	2g /1g	-
Makaron pełnoziarnisty z serem białym i musem truskawkowym niesłodzonym DIETA 6	G	Dżem owocowy	30g	-
	D	Makaron pszenny, świderki	100g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Twaróg biały	60g	M
		Truskawka, mrożona	100g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Jabłko, świeże	50g	-
		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 Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Pomarańcza, świeża	120g	-
KOLACJA Salatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2 (bez papryki), 6	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	3g	-
		Kapusta pekińska	50g	-
		Filet drobiowy	40g	-
Kurczak gotowany, roszponka, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Papryka czerwona	20g	-
		Ogórek kiszony	24g	-
		Pomidor	20g	-
		Kukurydza konserwowa	10g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Olej	7g	-
	G	Kurczak gotowany, wędlina/ Roszponka, świeża	70g/ 10g	SOJ/ -
		Kasza jęczmienną	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2157,06kcal/W=282,29g/T=72,19g/B=94,72g/Kw.Tł.Nasy.=34,03g/Cukry=73,88g/S=5,10g/Bl.=26,84g

Sporządził:

Zatwierdził:

28.04.2025r.

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=2157,06kcal/W=282,29g/T=72,19g/B=94,72g/Kw.Tł.Nasy.=34,03g/Cukry=73,88g/S=5,10g/Bl.=26,84g

Sporządził:

Zatwierdził: