

30.04.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka z indyka, sałata lodowa, chleb, masło, kakao 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	-
		Szynka z indyka	70g	SOJ
		Sałata lodowa, świeża	10g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Kakao	2g	G
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Budyń owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Budyń owocowy	15g	-
OBIAD Zupa ogórkowa z tartym grysiem DIETA 1, 2, 6	G	Cukier	3g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
Zupa jarzynowa z tartym grysiem DIETA 3, 4, 12, 14	G	Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	10g	M
Jajka w sosie koperkowym DIETA 1, 2, 6	G	Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
Mięso drobiowe w sosie koperkowym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Ogórek kiszony	24g	-
		Kasza manna	30g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	10g	J
		Jaja	100g	J
		Koper, świeży	5g	-
Buraczki na ciepło DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mąka pszenna	10g	G
		Filet drobiowy	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
		Buraki, świeże	120g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Truskawka mrożona	50g	-
		Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, łubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Salatka ryżowa z tuńczykiem, 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	3g	-
		Ryż biały	40g	-
		Tuńczyk w sosie własnym	30g	R
		Papryka czerwona, świeża	17g	-
Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kukurydza konserwowa	7g	-
		Szczypior, świeży/ Koper świeży	2g/ 2g	-/-
		Jogurt grecki/ Śmietana 12%	10g/ 5g	M
		Przyprawy[sól, pieprz, czosnek]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Makaron pszenny, nitki	30g	G, J
		Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2082,68kcal /W=284,93g/T=68,41g/B=82,48g/Kw.Tl.Nasy.=31,75g/Cukry=54,10g/S=6,89g/Bl.=27,05g

Sporządził:

Zatwierdził:

30.04.2025r.

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=2082,68kcal /W=284,93g/T=68,41g/B=82,48g/Kw.Tł.Nasy.=31,75g/Cukry=54,10g/S=6,89g/Bl.=27,05g
--

Sporządził:

Zatwierdził: