

24.05.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z kielbasą wieprzową, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14	G G	Chleb pszenny	30- 90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
Kurczak gotowany, roszponka, chleb, masło, herbata DIETA 6	G	Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	20g	G
		Mleko 2%/ Śmietana 12%	15g/ 3g	M/ M
		Kielbasa wieprzowa	40g	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G G	Kurczak gotowany, wędlina	70g	SOJ
		Roszpinka, świeża	5g	-
		Mąka pszenna/ Jaja	30g/ 10g	G/ J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl truskawkowo-bananowy z płatkami owsianymi DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Jogurt naturalny/ Mleko 2%	150ml/50ml	M/ M
		Truskawka mrożona/ Banan świeży	50g/ 30g	-/ -
		Płatki owsiane	10g	G
		Cukier	3g	-
OBIAD Barszcz ukraiński z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	10ml	M
Mięso zapiekane w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D G	Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Buraki	60g	-
Miks kaszy gryczanej z jęczmienną DIETA 1, 2, 6	G	Koncentrat buraczany	6ml	-
		Ziemniaki	130g	-
		Kalafior, mrożony/ Fasolka szparagowa, mrożona	12g/ 12g	-/ -
Kasza jaglana DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mięso wieprzowe z szynki/ Filet drobiowy	30g/ 70g	-
		Bułka czerstwa	10g	G
		Jaja	10g	J
Surówka z ogórka kiszzonego DIETA 1, 2, 6	BO	Kasza gryczana/ Kasza jęczmienna	30g /30g	G/ G
		Kasza jaglana	60g	-
		Ogórek kiszony	56g	-
		Seler, korzeń	15g	SEL
		Pietruszka, korzeń / Marchew świeża	15g / 20g	-/ -
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna, mrożona	100g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	-
		Cukier	3g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Sok owocowy	330ml	-
Jabłko, świeże- DIETA 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Salatka brokułowa z pestkami dyni i słonecznika, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2 (bez papryki), 6	G G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Brokuł, mrożony	50g	SEL
		Papryka czerwona	30g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Pomidor	30g	-
		Jaja	30g	J
		Jogurt grecki	20ml	M
		Słonecznik	2g	-
		Pestki z dyni	2g	-
		Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-

E=2161,23kcal /W=290,73g/T=72,03g/B=84,14g/Kw.Tl.Nasy.=30,43g/Cukry=81,37g/S=6,83g/Bl.=29,13g

Sporządził:

Zatwierdził:

24.05.2025r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

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=2161,23kcal /W=290,73g/T=72,03g/B=84,14g/Kw.Tł.Nasy.=30,43g/Cukry=81,37g/S=6,83g/Bl.=29,13g
--

Sporządził:

Zatwierdził: