

05.06.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Schab wieprzowy, roszponka, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
Szynka drobiowa, roszponka, chleb, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Schab wieprzowy, wędlina	70g	-
		Szynka drobiowa, wędlina	70g	SOJ, G
		Roszpinka, świeża	5g	-
		Kakao	2g	G
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Płatki owsiane	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny- DIETA 3, 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa krem z dyni z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
Gulasz wieprzowy z warzywami DIETA 1, 2, 6	D	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Dynia kostka, mrożona	100g	-
Gulasz drobiowy z warzywami DIETA 3, 4, 12, 14	D	Pomidory, świeże	30g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Cebula	2g/ 5g	-
		Bułka pszenna, czerstwa	30g	G
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ser topiony	1g	M
		Śmietanka 30%	5ml	M
		Wieprzowina, szynka surowa	80g	-
		Filet z piersi kurczaka	80g	-
		Włoszczyzna/ Mąka pszenna	12g/ 10g	SEL/ G
Surówka z ogórka kiszzonego z olejem DIETA 1, 2, 6	BO	Kasza jęczmienna	60g	G
		Ogórek kiszony	56g	-
		Seler, korzeń	15g	SEL
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Pietruszka, korzeń / Marchew świeża	15g / 20g	-/ -
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	100g	SEL
		Jabłko, świeże	50g	-/ -
		Cukier	4g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem 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, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Banan, świeży	120g	-
KOLACJA Salatka brokułowa z pestkami dyni i słonecznika, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2 (bez papryki), 6	G G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
		Brokuł, mrożony	50g	SEL
		Papryka czerwona	30g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Pomidor	30g	-
Zupa mleczna z makaronem świderki, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jaja	25g	J
	G	Jogurt grecki	20ml	M
		Słonecznik	2g	-
		Pestki z dyni	2g	-
		Makaron pszenny, świderki	30g	G, J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2099,77kcal /W=284,37g/T=65,80g/B=92,61g/Kw.Tl.Nasy.=28,99g/Cukry=68,82g/S=7,41g/Bl.=28,69g

Sporządził:

Zatwierdził:

05.06.2025r.

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=2099,77kcal /W=284,37g/T=65,80g/B=92,61g/Kw.Tł.Nasy.=28,99g/Cukry=68,82g/S=7,41g/Bl.=28,69g
--

Sporządził:

Zatwierdził: