

08.06.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą drobiową, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14	G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Zakwas barszczu białego	30g	G
Konserwa rybna, ogórek kiszony, chleb, masło, herbata DIETA 6	G	Mąka pszenna	30g	G
	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Jaja	25g	J
		Kielbasa drobiowa	40g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata- DIETA 3, 4	G	Ogórek kiszony	30g	-
	G	Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Owsianka z ananase i wiórkami kokosowymi- DIETA 1, 2, 3, 4	G	Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Ananas w syropie/ Wiórki kokosowe	24g/ 3g	-/ -
		Budyń	13g	-
Budyń- DIETA 6 (bez cukru), 12, 14	G	Cukier	3g	-
OBIAD Rosół z lanym ciastem 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
Kotlet schabowy DIETA 1	S	Olej	10ml	-
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Cebula	2g	-
Schab wieprzowy duszony w jarzynach- DIETA 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Natka pietruszki, świeża	1g	-
		Mąka pszenna/ Jaja	30g/ 10g	G/ J
		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
Salatka lodowa z pomidorem i jogurtem DIETA 1, 2, 6	BO	Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
		Salata lodowa, świeża	60g	-
		Pomidor, świeży	60g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt typu greckiego	15g	M
		Jogurt naturalny	15g	M
		Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa, mrożona	25g	-
Kompot wieloowocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasz 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 Pasta z sera białego i szpinaku, rzodkiewka, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
Pasta z sera białego i szpinaku, salata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Twaróg biały	60g	M
		Śmietana 12%	10g	M
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	12g	-
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Salata lodowa, świeża	35g	-
	G	Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E= 2108,03kcal/W=274,26g/T=72,33g/B=89,84g/Kw.Tł.Nasy.=35,10g/Cukry=55,35g/S=4,95g/Bl.=24,41g

Sporządził:

Zatwierdził:

08.06.2025r.

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= 2108,03kcal/W=274,26g/T=72,33g/B=89,84g/Kw.Tł.Nasy.=35,10g/Cukry=55,35g/S=4,95g/Bl.=24,41g
--

Sporządził:

Zatwierdził: