

15.06.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Twarożek z tuńczykiem, pomidor, chleb, masło, kakao 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	-
Twarożek z tuńczykiem, roszponka świeża, chleb, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Twaróg biały	50g	M
		Śmietana 12%	10g	M
		Pomidor, świeży	50g	-
		Tuńczyk w sosie własnym	20g	R
		Roszpinka, świeża	10g	-
		Kakao	2g	G
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń śmietankowy z biszkoptami DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Budyń śmietankowy	15g	-
		Biszkopty	12g	G, J
		Cukier	3g	-
OBIAD Rosół z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
Bitki wołowe w sosie własnym DIETA 1, 2, 6	D	Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
Bitki drobiowe w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Cebula	2g	-
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Natka pietruszki, świeża	1g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Wołowina	100g	-
		Filet drobiowy	100g	-
Surówka z kapusty pekińskiej z olejem DIETA 1, 2, 6	BO	Kasza jęczmienna	70g	G
		Kapusta pekińska, świeża	70g	-
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
		Truskawka, mrożona	50g	-
Kompot truskawkowy 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, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Sok owocowy- DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Sok owocowy	330ml	-
Jabłko- DIETA 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Salatka jarzynowa, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Jogurt grecki/ Śmietana 12%	20g/ 10g	M/ M
		Ogórek kiszony	10g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Marchew, kostka, mrożona	40g	-
		Ziemniaki	40g	-
		Jabłko, świeże	10g	-
		Pietruszka korzeń	5g	-
		Seler korzeń	5g	SEL
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jaja	30g	J
	G	Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2174,92kcal/W=295,14g/T=70,47g/B=87,47g/Kw.Tl.Nasy.=34,45g/Cukry=91,18g/S=4,63g/Bl.=26,41g

Sporządził:

Zatwierdził:

15.06.2025r.

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=2174,92kcal/W=295,14g/T=70,47g/B=87,47g/Kw.Tł.Nasy.=34,45g/Cukry=91,18g/S=4,63g/Bl.=26,41g

Sporządził:

Zatwierdził: