

19.06.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Paszтет drobiowy, sałata lodowa z rzodkiewką, chleb, masło, kakao 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	4g	-
Szynka drobiowa, sałata lodowa chleb, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Paszтет drobiowy	70g	G, J
		Szynka drobiowa	70g	-
		Salata lodowa, świeża	10g	-
		Rzodkiewka, świeża	5g	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kakao	2g	G
		Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Sałatka owocowa DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Kiwi, świeże	15g	-
		Arbuz, świeży	40g	-
		Banan, świeży	30g	-
		Jabłko, świeże	150g/40g	-
Jabłko- DIETA 6, 12, 14	BO	Ananas w syropie/ Brzoskwinia w syropie	15g/ 22g	- / -
OBIAD Zupa ogórkowa z tartym grysikiem DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
Zupa jarzynowa z tartym grysikiem DIETA 3, 4, 12, 14	G	Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%/ Śmietana 12%	7g/ 7g	M/ M
		Mleko 2%	10g	M
Kotleciki siekane DIETA 1, 2, 6	D	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Mięso drobiowe duszone DIETA 3, 4, 12, 14	D	Ogórki kiszzone	30g	-
		Kasza manna	30g	G
		Jaja	10g	J
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Filet drobiowy	100g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Jaja	5g	J
Surówka z selera i jabłka z jogurtem DIETA 1, 2, 6	BO	Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
		Seler korzeń	80g	SEL
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jabłko, świeże	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Marchew kostka, mrożona	100g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Mieszanka kompotowa	25g	-
		Cukier	4g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jogurt owocowy pitny- DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Jogurt owocowy pitny	250ml	M
Jogurt naturalny pitny- DIETA 6	BO	Jogurt naturalny pitny	330ml	M
KOLACJA Sałatka ryżowa z tuńczykiem, 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	4g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Ryż biały	40g	-
		Tuńczyk w sosie własnym	30g	R
		Papryka czerwona, świeża	17g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kukurydza konserwowa	7g	-
		Szczypior, świeży/ Koper świeży	2g/ 2g	- / -
		Jogurt grecki/ Śmietana 12%	8g/ 8g	M
		Przyprawy[sól, pieprz, czosnek]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2132,71kcal /W=282,03g/T=72,89g/B=86,60g/Kw.Tl.Nasy.=35,93g/Cukry=74,14g/S=6,14g/Bl.=27,37g

Sporządził:

Zatwierdził:

19.06.2025r.

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=2132,71kcal /W=282,03g/T=72,89g/B=86,60g/Kw.Tł.Nasy.=35,93g/Cukry=74,14g/S=6,14g/Bl.=27,37g
--

Sporządził:

Zatwierdził: