

21.06.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Kurczak gotowany, sałata czerwona strzepiasta, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kurczak gotowany, wędlina	70g	SOJ
	G	Salata czerwona strzepiasta, świeża	10g	-
		Płatki kukurydziane	30g	-
		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 Zupa krupnik z jarzynami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
Pulpety w sosie pomidorowym DIETA 1, 2, 6	D	Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
Pulpety w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Włoszczyzna	25g	SEL
		Kasza jęczmienna, średnia	30g	G
		Mieszanka 7- składnikowa	50g	-
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kalafior, mrożony/ Brokuł, mrożony	12g/ 12g	-/ -
		Filet drobiowy	70g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
		Bułka pszenna, czerstwa	10g	G
Fasolka szparagowa na ciepło DIETA 1, 2, 6	G	Jaja	5g	J
		Ziemniaki	250g	-
		Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Fasolka szparagowa, mrożona	120g	-
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	12g	-
		Porzeczka, mrożona	12g	-
		Cukier	3g	-
Kompot owocowo-porzeczkowy 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 Arbuz DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Arbuz, świeży	150g	-
KOLACJA Chalka, dżem owocowy, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 3, 4	G	Chalka	100g	G, J
		Chleb graham	30-90g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
Filety z makreli w sosie pomidorowym, roszponka świeża, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 6	G	Dżem owocowy	2x25g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
		Roszonka, świeża	10g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Makaron pszenny, nitki	30g	G, J
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2055,14kcal /W=281,44g/T=65,46g/B=84,34g/Kw.Tl.Nasy.=31,52g/Cukry=84,33g/S=4,95g/Bl.=25,03g

Sporządził:

Zatwierdził:

21.06.2025r.

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=2055,14kcal /W=281,44g/T=65,46g/B=84,34g/Kw.Tł.Nasy.=31,52g/Cukry=84,33g/S=4,95g/Bl.=25,03g
--

Sporządził:

Zatwierdził: