

22.06.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasta z sera białego z tuńczykiem i szczypiorkiem, rzodkiewka, 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	-
		Twaróg biały	50g	M
		Śmietana 12%	10g	M
		Tuńczyk w sosie własnym	20g	R
		Szczypior, świeży	1g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Rzodkiewka, świeża	15g	-
		Kakao	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Gryzik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	-
		Syrop owocowy	15ml	-
Budyń DIETA 6 (bez cukru)	G	Budyń	15g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Rosół z lanym ciastem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
		Seler, korzeń	6g	SEL
Udziec drobiowy w warzywach DIETA 1, 2, 6	PI	Masło 82%	5g	M
		Olej	10g	-
Filet z kurczaka z warzywami DIETA 3, 4, 12, 14	D PA	Włoszczyzna	25g	SEL
		Cebula, świeża	2g	-
		Natka pietruszki, świeża	1g	-
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Udziec drobiowy, świeży	100g	-
		Filet z kurczaka	100g	-
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
Ćwikła z jabłkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	250g	-
		Buraki	100g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	4g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jabłko, świeże DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Schab duszony, ogórek kiszony, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Schab duszony	70g	-
Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, herbata- DIETA 3, 4	G	Ogórek kiszony	30g	-
		Szynka drobiowa, wędlina	70g	SOJ
		Sałata lodowa, świeża	15g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2131,50kcal/W=273,05g/T=71,59g/B=95,26g/Kw.Tł.Nasy.=30,66g/Cukry=69,09g/S=7,37g/Bl.=29,27g

Sporządził:

Zatwierdził:

22.06.2025r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

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=2131,50kcal/W=273,05g/T=71,59g/B=95,26g/Kw.Tł.Nasy.=30,66g/Cukry=69,09g/S=7,37g/Bl.=29,27g

Sporządził:

Zatwierdził: