

25.06.2025r.

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 G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
Konserwa rybna, salata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 6	G G	Zakwas barszczu białego/ Mąka pszenna	30g/ 20g	G/ G
		Mleko 2%/ Śmietana 12%	15g/ 4g	M/ M
		Kielbasa drobiowa/ Jaja	30g/ 25g	-/ J
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
		Salata lodowa, świeża	10g	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata- DIETA 3, 4		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń + biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Budyń	15g	-
		Biszkopty	12g	J, G
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa gulaszowa z ziemniakami i soczewicą czerwoną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%/ Mleko 2%	7g/ 10g	M /M
Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym i ziemniakami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Łazanki z kapustą, pieczarką i mięsem drobiowym DIETA 1	G D	Ziemniaki	130g	-
		Kukurydza kons. /Koncentrat pomidorowy	5g/ 5g	-/ -
		Filet drobiowy	30g	-
		Soczewica czerwona	10g	-
Zapiekanka z makaronem pszennym, warzywami i mięsem z kurczaka DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G D	Kapusta biała	130g	-
		Pieczarka	25g	-
		Cebula	5g	-
		Makaron pszenny, łazanka	70g	G
Zapiekanka z makaronem pełnoziarnistym, warzywami i mięsem z kurczaka- DIETA 6	G D	Włoszczyzna	25g	SEL
		Filet drobiowy	50g	-
		Makaron pszenny/ pełnoziarnisty, świderki	70g/ 70g	G/ G
		Kalafior, mrożony/ Brokuł, mrożony	25g/ 25g	- /-
Sos koperkowy DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Fasolka szparag. / Mieszanka 7-skład.	25g/ 50g	-/ SEL
		Kukurydza kons. / Groszek kons.	5g/ 5g	-/ -
		Koper, świeży/ Mąka pszenna	5g/ 10g	-/ G
		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 Jogurt z owsianką- DIETA 1,2,3, 4	BO	Jogurt z owsianką	200g	M
Jogurt naturalny- DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Galareta drobiowa, szpinak świeży, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Udło drobiowe/ Filet drobiowy	38g/ 20g	-/ -
		Marchew, świeża/ Pietruszka, korzeń	10g/ 5g	-/ -
		Seler, korzeń	4g	SEL
		Natka pietruszki, liście	1g	-
		Włoszczyzna	20g	SEL
		Groszek konserwowy	5g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Żelatyna	10g	-
		Szpinak, świeży	5g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Herbata	230ml	-

E=2174,86kcal/W=291,19g/T=69,08g/B=95,58g/Kw.Tł.Nasy.=33,10g/Cukry=67,00g/S=4,94g/Bl.=24,76g

Sporządził:

Zatwierdził:

25.06.2025r.

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=2174,86kcal/W=291,19g/T=69,08g/B=95,58g/Kw.Tł.Nasy.=33,10g/Cukry=67,00g/S=4,94g/Bl.=24,76g

Sporządził:

Zatwierdził: