

28.06.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, pomidor, ketchup, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2, 6 (bez ketchupu)	G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Parówka drobiowa	100g	-
		Pomidor, świeży	50g	-
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12,14	G	Ketchup	20g	-
	G	Mleko 2%	130ml	M
		Herbata	100ml	-
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Gryśik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Syrop owocowy	15ml	-
Budyń DIETA 6 (bez cukru)	G	Budyń	13g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa ogórkowa z ziemniakami DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
		Seler, korzeń	6g	SEL
Zupa jarzynowa z ziemniakami DIETA 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	10ml	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
Gołąbki z ryżem, miksem kasz i mięsem mieszanym DIETA 1, 6	D	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Ziemniaki	130g	-
		Ogórek kiszony	35g	-
Risotto z miksem kasz, warzywami i mięsem mieszanym DIETA 2	PA	Cebula	2g	-
	D	Kapusta włoska	100g	-
		Ryż biały	25g	-
		Ryż brązowy	25g	-
Risotto z ryżu białego, warzyw i mięsa drobiowego DIETA 3, 4, 12, 14	PA	Kasza jęczmienna	20g	G
	D	Kasza gryczana	20g	G
		Filet drobiowy	50g	-
		Mięso wieprzowe z szynki	30g	-
Sos pomidorowy DIETA 1, 2, 6	G	Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Ryż biały	70g	-
		Filet drobiowy	80g	-
Kompot truskawkowo-rabarbarowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12,14	G	Truskawka, mrożona	25g	-
		Rabarbar, świeży	10g	-
		Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Sok owocowy	330ml	-
Jabłko, świeże DIETA 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Kurczak gotowany, sałata strzypiasta czerwona, 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	-
		Kurczak gotowany, wędlina	70g	-
		Sałata strzypiasta czerwona, świeża	10g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Płatki jęczmienne	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2257,77kcal /W=310,89g/T=70,32g/B=86,96g/Kw.Tł.Nasy.=31,08g/Cukry=92,34g/S=7,37g/Bl.=23,61g

Sporządził:

Zatwierdził:

28.06.2025r.

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=2257,77kcal /W=310,89g/T=70,32g/B=86,96g/Kw.Tł.Nasy.=31,08g/Cukry=92,34g/S=7,37g/Bl.=23,61g
--

Sporządził:

Zatwierdził: