

03.08.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasta z sera białego z szpinakiem, rzodkiewka, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały	50g	M
Pasta z sera białego z szpinakiem, sałata lodowa, chleb, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Jogurt naturalny	8g	M
		Szpinak mrożony	12g	-
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
		Sałata lodowa, świeża	35g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kakao	2g	G
	G	Mleko 2%	230ml	M
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z mussem brzoskwiniowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	-
		Brzoskwinia, świeża	50g	-
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	22g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	11g/ 2g	-/ -
		Seler, korzeń	9g	SEL
Udziec drobiowy w warzywach DIETA 1, 2, 6	PI	Masło 82%	2g	M
		Olej	10g	-
Filet z kurczaka z warzywami DIETA 3, 4, 12, 14	D	Cebula, świeża	3g	-
	PA	Natka pietruszki, świeża	1g	-
		Mąka pszenna	30g	G
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	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	-
		Koper świeży	2g	-
		Buraki	100g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
		Mieszanka kompotowa	25g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Melon DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Melon, świeży	120g	-
KOLACJA Salatka z makaronem świderki, szynką i pomidorami suszonymi, 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%	10g	M
		Szynka wieprzowa	30g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Rukola, świeża	5g	-
		Słonecznik	5g	-
		Olej	12ml	-
		Makaron pszenny, świderki	30g	G
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Pomidory suszone	20g	-
	G	Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2207,07kcal/W=277,78g/T=76,37g/B=96,47g/Kw.Tl.Nasy.=24,45g/Cukry=50,61g/S=6,67g/Bl.=43,98g

Sporządził:

Zatwierdził:

03.08.2025r.

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=2207,07kcal/W=277,78g/T=76,37g/B=96,47g/Kw.Tł.Nasy.=24,45g/Cukry=50,61g/S=6,67g/Bl.=43,98g

Sporządził:

Zatwierdził: