

06.08.2025r.

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	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Zakwas barszczu białego/ Mąka pszenna	30g/ 30g	G/ G
Konserwa rybna, sałata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 6	G G	Mleko 2%/ Jogurt naturalny	15g/ 6g	M/ M
		Kielbasa drobiowa/ Jaja	30g/ 25g	-/ J
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
		Sałata lodowa, świeża	10g	-
		Mąka pszenna	30g	G
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Nektarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Nektarynka, świeża	120g	-
OBIAD Zupa gulaszowa z ziemniakami i soczewicą czerwoną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/	7g	-
		Por, świeży	3g	-
		Cebula, świeża	2g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%/ Mleko 2%	4g/ 10g	M/ M
Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym i ziemniakami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Olej	20g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Ziemniaki	130g	-
Łazanki z kapustą, pieczarką i mięsem drobiowym DIETA 1	G D	Kukurydza kons. /Koncentrat pomidorowy	5g/ 5g	-/ -
		Filet drobiowy	30g	-
		Soczewica czerwona	10g	-
		Kapusta biała, świeża	130g	-
Zapiekanka z makaronem pszennym, warzywami i mięsem z kurczaka DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G D	Pieczarka, świeża	35g	-
		Cebula, świeża	5g	-
		Makaron pszenny, łazanka	70g	G
		Włoszczyzna mrożona	25g	SEL
Zapiekanka z makaronem pełnoziarnistym, warzywami i mięsem z kurczaka DIETA 6	G D	Filet drobiowy	50g	-
		Makaron pszenny, świderki	70g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	70g	G
		Kalafior, mrożony	25g	-
		Brokuł, mrożony	25g	-
		Fasolka szparagowa, mrożona	25g	-
		Mieszanka 7-składnikowa mrożona	50g	SEL
Sos koperkowy DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Kukurydza kons. / Groszek kons.	5g/ 5g	-/ -
		Koper, świeży/ Mąka pszenna	5g/ 10g	-/ G
		Truskawka, mrożona	25g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek świeży]	-	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 Twarożek z dżemem owocowym, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały	50g	M
		Jogurt naturalny	8g	M
		Dżem owocowy	20g	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Mleko 2%	400ml	M
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Herbata	230ml	-

E=2142,59kcal/W=285,21g/T=64,87g/B=92,49g/Kw.Tl.Nasy.=25,35g/Cukry=53,22g/S=6,26g/Bł.=41,02g

Sporządził:

Zatwierdził:

06.08.2025r.

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=2142,59kcal/W=285,21g/T=64,87g/B=92,49g/Kw.Tł.Nasy.=25,35g/Cukry=53,22g/S=6,26g/Bl.=41,02g

Sporządził:

Zatwierdził: