

08.07.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, ogórek kiszony, ketchup, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6(bez ketchupu)	G G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
		Parówka drobiowa	100g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12,14	G G	Ogórek kiszony	30g	-
		Ketchup	20g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Ptasie mleczko truskawkowe z brzoskwinia i biszkoptami DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Herbata	230ml	-
		Jogurt naturalny	100g	M
		Woda	54ml	-
		Galaretka pomarańczowa	27g	-
Jogurt naturalny DIETA 6, 12, 14	BO	Brzoskwinia w syropie	19g	-
		Biszkopty	10g	G, J
OBIAD Zupa jarzynowa z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jogurt naturalny	150g	M
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%/ Śmietana 12%	10g/ 7g	M/ M
Indyk duszony w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g/ 10g	G
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
Ryż brązowy DIETA 1, 6	G	Mieszanka 7-składnikowa, mrożona	50g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Cebula	2g	-
Ryż biały DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Filet z indyka	100g	-
		Ryż brązowy	70g	-
		Ryż biały	70g	-
Surówka z kapusty białej z jogurtem DIETA 1, 2, 6	BO	Kapusta biała, świeża	70g	-
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt typu greckiego	20g	M
		Szpinak, mrożony	100g	-
		Mieszanka kompotowa, mrożona	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, czosnek]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Pasta z sera białego, salata zielona, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G	Chleb pszenny	30-90g	G
		Chleb graham	30-90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
		Twaróg biały	70g	M
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Śmietana 12%	10g	M
		Salata zielona, świeża	35g	-
		Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2106,97kcal /W=277,01g/T=65,31g/B=91,46g/Kw.Tl.Nasy.=27,90g/Cukry=69,54g/S=7,10g/Bl.=30,73g

Sporządził:

Zatwierdził:

08.07.2025r.

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=2106,97kcal /W=277,01g/T=65,31g/B=91,46g/Kw.Tł.Nasy.=27,90g/Cukry=69,54g/S=7,10g/Bl.=30,73g
--

Sporządził:

Zatwierdził: