

13.07.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE 1,5 jajka na miękko z dipem ziołowym, szpinak świeży z papryką, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2(bez papryki), 6	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
	G	Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Jaja	75g	J
		Jogurt typu greckiego/ Jogurt naturalny	15g/15g	M/ M
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Koper świeży /Szczypior świeży	1g/ 1g	-/ -
	G	Szpinak baby, świeży/ Papryka czerwona, świeża	5g/ 30g	-/ -
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Owsianka z ananase i brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	180ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Ananas w syropie	11g	-
	BO	Brzoskwinia, świeża	73g	-
		Cukier biały	3g	-
Budyń DIETA 6 (bez cukru), 12, 14	G	Budyń	13g	-
		Kości , wywar	200ml	-
		Marchew, świeża	22g	-
		Pietruszka, korzeń	11g	-
	G	Seler, korzeń	9g	SEL
		Por, świeży	2g	-
Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną DIETA 3, 4, 12, 14	D	Cebula, świeża	3g	-
		Masło 82%	4g	M
		Olej	20g	-
		Mąka pszenna	15g	G
	G	Koncentrat pomidorowy	12g	-
		Kasza jaglana	30g	G
Roladki z marchewką w sosie własnym- DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Mleko 2%	10g	M
		Kasza jęczmienna	70g	G
	BO	Kapusta włoska, świeża	70g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kasza jęczmienna	70g	G
		Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Mleko 2%	10g	M
	BO	Kapusta włoska, świeża	70g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Surówka z kapusty włoskiej z olejem DIETA 1, 2, 6	G	Kasza jęczmienna	70g	G
		Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Mleko 2%	10g	M
	BO	Kapusta włoska, świeża	70g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kasza jęczmienna	70g	G
		Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Mleko 2%	10g	M
	BO	Kapusta włoska, świeża	70g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kasza jęczmienna	70g	G
		Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Mleko 2%	10g	M
	BO	Kapusta włoska, świeża	70g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kasza jęczmienna	70g	G
		Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Mleko 2%	10g	M
	BO	Kapusta włoska, świeża	70g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Podwieczorek Nektarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G	Kasza jęczmienna	70g	G
		Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Mleko 2%	10g	M
	BO	Kapusta włoska, świeża	70g	-
		Mąka pszenna	10g	G
KOLACJA Twarożek z tuńczykiem, sałata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G	Kasza jęczmienna	70g	G
		Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Mleko 2%	10g	M
	BO	Kapusta włoska, świeża	70g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kasza jęczmienna	70g	G
		Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Mleko 2%	10g	M
	BO	Kapusta włoska, świeża	70g	-
		Mąka pszenna	10g	G

E=2104,66kcal/W=274,58g/T=68,05g/B=96,51g/Kw. Tł. Nasy.=24,44g/Cukry=42,61g/S=5,90g/ Bl.=46,51g

Sporządził:

Zatwierdził:

13.07.2025r.

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=2104,66kcal/W=274,58g/T=68,05g/B=96,51g/Kw. Tł. Nasy.=24,44g/Cukry=42,61g/S=5,90g/ Bl.=46,51g
--

Sporządził:

Zatwierdził: