

14.07.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka wieprzowa, ogórek kiszony, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Szynka wieprzowa, wędlina	70g	-
		Ogórek kiszony	30g	-
Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
	G	Kawa zbożowa	5g	G
	G	Makaron pszenny, nitki	30g	G, J
	G	Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Herbata	230ml	-
		Szpinak mrożony	35g	SEL
		Sok pomarańczowy	80ml	-
Jabłko świeże DIETA 6	BO	Jabłko	60g/ 150g	-
OBIAD Zupa gulaszowa z ziemniakami i soczewicą czerwoną DIETA 1, 6	G	Banan	35g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	2g	-
Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym i ziemniakami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Cebula, świeża	3g	-
		Masło 82%	6g	M
		Mleko 2%	10g	M
Ryż biały z musm owocowym słodonym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	PA D	Olej	20g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Ziemniaki	130g	-
		Soczewica czerwona	10g	-
		Koncentrat pomidorowy	5g	-
Ryż brązowy z musm owocowym niesłodonym DIETA 6	PA D	Kukurydza konserwowa	5g	-
		Filet drobiowy	30g	-
		Ryż biały / Ryż brązowy	80g / 80g	- / -
		Mleko 2%	160ml	M
		Cukier	3g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Truskawka, mrożona	50g	-
		Jabłko, świeże	80g	-
		Śmietanka 30%	3ml	-
		Mieszanka kompotowa, mrożona	25g	-
PODWIECZOREK Arbuz DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Arbuz, świeży	120g	-
KOLACJA Galareta drobiowa z warzywami, sałata zielona, chleb, masło, herbata 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
		Udło drobiowe	30g	-
		Filet drobiowy	30g	-
		Pietruszka, korzeń	4g	-
		Seler, korzeń	3g	SEL
		Marchew, świeża	15g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Natka pietruszki, liście	1g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
		Salata zielona, świeża	35g	-
		Żelatyna	5g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2074,22kcal/W=275,54g/T=64,46g/B=91,30g/Kw.Tl.Nasy.=23,54g/Cukry=59,23g/S=8,06g/Bl.=43,82g

Sporządził:

Zatwierdził:

14.07.2025r.

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=2074,22kcal/W=275,54g/T=64,46g/B=91,30g/Kw.Tł.Nasy.=23,54g/Cukry=59,23g/S=8,06g/Bl.=43,82g

Sporządził:

Zatwierdził: