

27.07.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Twarożek z tuńczykiem, pomidor, 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
Twarożek z tuńczykiem, roszponka świeża, chleb, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Twaróg biały	50g	M
		Jogurt naturalny	8g	M
		Pomidor, świeży	50g	-
		Tuńczyk w sosie własnym	20g	R
		Roszpinka, świeża	10g	-
		Kakao	2g	G
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń śmietankowy z biszkoptami DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Budyń śmietankowy	15g	-
		Biszkoptry	12g	G, J
		Cukier	3g	-
OBIAD Rosół z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
Bitki wołowe w sosie własnym DIETA 1, 2, 6	D	Por, świeży	2g	-
		Masło 82%	2g	M
		Mleko 2%	10g	M
Bitki drobiowe w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Olej	20ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Cebula	3g	-
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Natka pietruszki, świeża	1g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Wołowina	100g	-
		Filet drobiowy	100g	-
Surówka z kapusty pekińskiej z olejem DIETA 1, 2, 6	BO	Kasza jęczmienna	60g	G
		Kapusta pekińska, świeża	70g	-
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
		Truskawka, mrożona/ Rabarbar, świeży	12g/ 20g	- / -
Kompot truskawkowo-rabarbarowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lóbczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Sok owocowy	330ml	-
Jabłko DIETA 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Salatka jarzynowa, 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
		Jogurt grecki	20g	M
		Ogórek kiszony	10g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Marchew, kostka, mrożona	40g	-
		Ziemniaki	40g	-
		Jabłko, świeże	10g	-
		Pietruszka korzeń	5g	-
		Seler korzeń	5g	SEL
	G	Jaja	30g	J
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2166,97kcal/W=282,08g/T=68,35g/B=94,36g/Kw.Tl.Nasy.=26,50g/Cukry=79,52g/S=6,25g/Bl.=41,65g

Sporządził:

Zatwierdził:

27.07.2025r.

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=2166,97kcal/W=282,08g/T=68,35g/B=94,36g/Kw.Tł.Nasy.=26,50g/Cukry=79,52g/S=6,25g/Bl.=41,65g

Sporządził:

Zatwierdził: