

28.07.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z kielbasą wieprzową, 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
Pasta z rzodkiewką i koperkiem, chleb, masło, herbata DIETA 6	G	Zakwas barszczu białego/ Mąka pszenna	33g/ 20g	G/ G
	G	Mleko 2%/ Jogurt naturalny	13g/ 5g	M/ M
		Kielbasa wieprzowa	30g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Twaróg biały/ Jogurt naturalny	70g/ 8g	M/ M
	G	Rzodkiewka, świeża/ Koper, świeży	10g/ 1g	-/ -
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Szpinak mrożony	25g	SEL
		Banan	30g/ 120g	-
		Sok pomarańczowy	70ml	-
Banan DIETA 6	BO	Jabłko	50g	-
OBIAD Barszcz czerwony z jajkiem i soczewicą czerwoną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew, świeża/ Pietruszka, korzeń	22g/ 11g	-/ -
		Seler, korzeń	9g	SEL
		Por, świeży	2g	-
		Masło 82%	6g	M
Barszcz czerwony z jajkiem DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	10g	M
		Olej	20g	-
		Mąka pszenna	15g	G
Zapiekanka z makaronem pełnoziarnistym z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 6	G	Buraki, świeże/ Koncentrat buraczany	70g/ 6ml	-/ -
	PA	Jaja	25g	J
		Soczewica czerwona	10g	-
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G, J
		Makaron pszenny, świderki	100g	G, J
Zapiekanka z makaronem pszennym z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Brokuł, mrożony/ Kalafior, mrożony	25g/ 25g	-/ -
	PA	Marchew mrożona, kostka	25g	-
		Mieszanek 7-składnikowa/ Włoszczyzna, mrożona	50g/25g	-/ SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	25g	-
Sos koperkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kukurydza konserwowa/ Groszek konserwowy	10g/10g	-/ -
		Filet drobiowy	50g	-
		Koper, świeży	5g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mąka pszenna	10g	G
		Mieszanek kompotowa	25g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, cynamon, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jogurt owocowy DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Jogurt owocowy	125g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Szynka z indyka, sałatka zielona z pomidorem , chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4	PI G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
Szynka z indyka, sałata zielona, chleb, masło, kawa inka DIETA 6	G	Szynka z indyka	60g	SOJ
		Salata zielona, świeża	20g	-
		Pomidor, świeży	20g	-
		Kawa inka	2g	G
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mąka pszenna/ Jaja	30g/ 10g	G/ J
	G	Mleko 2%	400ml/ 230ml	M/ M
		Herbata	230ml	-

E=2147,03kcal/W=273,04g/T=66,90g/B=96,27g/Kw.Tl.Nasy.=22,47g/Cukry=59,31g/S=8,91g/Bl.=48,77g

Sporządził:

Zatwierdził:

28.07.2025r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

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=2147,03kcal/W=273,04g/T=66,90g/B=96,27g/Kw.Tł.Nasy.=22,47g/Cukry=59,31g/S=8,91g/Bl.=48,77g

Sporządził:

Zatwierdził: