

10.08.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i 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
		Zakwas barszczu białego	30g	G
Pasta z jajka z szczypiorkiem, papryka czerwona, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G G	Mąka pszenna	30g	G
		Mleko 2%	15g	M
		Jogurt naturalny	6g	M
		Jaja	20g	J
		Kielbasa wieprzowa	30g	-
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G G	Jaja/ Jogurt naturalny	70g/ 8g	J/ M
		Szczypior, świeży	1g	-
		Papryka czerwona	30g	-
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
II ŚNIADANIE Owsianka z wiśnią i jabłkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Herbata	230ml/ 130ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Wiśnia mrożona	30g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
Kisiel owocowy z jabłkiem DIETA 6 (bez cukru)	G	Cukier	3g	-
		Kisiel owocowy	13g	-
		Jabłko, świeże	50g	-
		Kości, wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
OBIAD Rosół z makaronem nitki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Cebula, świeża	2g	-
		Masło 82%	3g	M
		Olej	10ml	-
Gulasz wołowy z warzywami DIETA 1, 2, 6	D	Mąka pszenna	15g	G
		Makaron pszenny, nitki	30g	G, J
		Natka pietruszki, świeża	1g	-
		Wołowina	70g	-
		Filet drobiowy	70g	-
Gulasz drobiowy z warzywami DIETA 3, 4, 12, 14	D	Włoszczyzna	12g	SEL
		Ziemniaki/ Koper, świeży	250g/ 2g	-/ -
		Kapusta biała, świeża	70g	-
		Marchew świeża	20g	-
		Jabłko świeże	20g	-
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jogurt grecki	20g	M
		Marchew kostka, mrożona	100g	-
		Mieszanka kompotowa, mrożona	25g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Surówka z kapusty białej z jogurtem DIETA 1, 2, 6	BO	
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt owocowy pitny	250ml	M
		Jogurt naturalny pitny	330ml	M
		Jogurt owocowy pitny	250ml	M
		Jogurt naturalny pitny	330ml	M
		Jogurt owocowy pitny	250ml	M
KOLACJA Twarożek z makrelą i koperkiem, sałata lodowa z rzodkiewką, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały	50g	M
Twarożek z makrelą i koperkiem, sałata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Makrela wędzona	20g	R
		Jogurt naturalny	8g	M
		Rzodkiewka, świeża	10g	-
		Koper świeży	1g	-
		Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	
		Salata lodowa, świeża	10g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2093,62kcal /W=273,26g/T=64,32g/B=96,43g/Kw.Tl.Nasy.=26,65g/Cukry=54,90g/S=6,87g/Bl.=41,37g

Sporządził:

Zatwierdził:

10.08.2025r.

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=2093,62kcal /W=273,26g/T=64,32g/B=96,43g/Kw.Tł.Nasy.=26,65g/Cukry=54,90g/S=6,87g/Bl.=41,37g
--

Sporządził:

Zatwierdził: