

18.08.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasta z jajka, szpinak świeży z papryką, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2 (bez papryki), 6	G G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Szpinak baby, świeży	5g	-
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Jaja	50g	J
		Jogurt naturalny	5g	M
Zupa mleczna z kaszą jaglana, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Kakao	2g	G
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	230ml/ 400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń czekoladowy+ biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	G	Budyń czekoladowy	13g	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Biszkopty	15g	G, J
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa grochowa DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	22g	-
		Pietruszka, korzeń	11g	-
		Seler, korzeń	9g	SEL
Zupa jarzynowa DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Por, świeży	3g	-
		Cebula, świeża	2g	-
		Masło 82%	2g	M
		Mleko 2%	10g	M
Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowym i mięsem mieszanym DIETA 1, 6	D G	Olej	20ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Groch, połówki	10g	-
		Ziemniaki	150g	-
Makaron pszenny z sosem pomidorowym i mięsem mieszanym DIETA 2	D G	Marchew	30g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	12g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	G D	Filet drobiowy	30g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Makaron pszenny, świderki	100g	G
		Filet drobiowy	60g	-
		Mieszanka kompotowa	12g	-
Kompot owocowo- porzeczkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Porzeczka czarna, mrożona	12g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Banan, świeży	120g	-
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO			
Schab duszony, salata strzępiasta, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
Szynka drobiowa, salata strzępiasta, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Masło 82%	10g	M
		Schab duszony, wędlina	70g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ
		Salata strzępiasta, świeża	10g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2161,10kcal /W=280,09g/T=66,58g/B=95,86g/Kw.Tl.Nasy.=22,48g/Cukry=51,97g/S=7,61g/Bl.=44,90g

Sporządził:

Zatwierdził:

18.08.2025r.

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=2161,10kcal /W=280,09g/T=66,58g/B=95,86g/Kw.Tł.Nasy.=22,48g/Cukry=51,97g/S=7,61g/Bl.=44,90g
--

Sporządził:

Zatwierdził: