

19.09.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, ogórek kiszony, ketchup, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6(bez ketchupu)	G G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Parówka drobiowa	100g	-
		Ogórek kiszony	30g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12,14	G G	Ketchup	20g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Ptasie mleczko truskawkowe z brzoskwinia i biszkoptami DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Jogurt naturalny	100g	M
		Woda	54ml	-
		Galaretka pomarańczowa	27g	-
		Brzoskwinia w syropie	19g	-
Jogurt naturalny DIETA 6, 12, 14	BO	Biszkopty	10g	G, J
		Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa jarzynowa z grysiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%/ Śmietana 12%	10g/ 7g	M/ M
		Olej	10g	-
Indyk duszony w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Mąka pszenna	15g/ 10g	G
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Mieszanek 7-składnikowa, mrożona	50g	-
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G G	Kasza manna	30g	G
		Cebula	2g	-
		Filet z indyka	80g	-
		Ziemniaki	250g	-
		Koper, świeży	2g	-
		Kapusta biała, świeża	70g	-
		Marchew, świeża	20g	-
Surówka z kapusty białej z jogurtem DIETA 1, 2, 6	BO	Jabłko, świeże	20g	-
		Jogurt typu greckiego	20g	M
		Szpinak, mrożony	100g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mieszanek kompotowa, mrożona	25g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Biszkopt z jabłkami DIETA 1, 2, 3, 4	PI	Jaja	25g	J
		Cukier	20g	-
		Mąka pszenna	20g	G
Jabłko DIETA 6	BO	Skrobia ziemniaczana	4g	-
		Jabłka, świeże	36g/ 150g	-
		Przyprawy [proszek do pieczenia, cynamon, ocet]	-	-
KOLACJA Pasta z sera białego z makrelą wędzoną, sałata zielona, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały	50g	M
		Jogurt naturalny	8g	M
		Makrela wędzona	20g	R
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Sałata zielona, świeża	35g	-
		Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2185,67kcal /W=278,46g/T=68,69g/B=96,56g/Kw.Tl.Nasy.=29,26g/Cukry=68,11g/S=8,64g/Bl.=42,38g

Sporządził:

Zatwierdził:

19.09.2025r.

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=2185,67kcal /W=278,46g/T=68,69g/B=96,56g/Kw.Tł.Nasy.=29,26g/Cukry=68,11g/S=8,64g/Bl.=42,38g
--

Sporządził:

Zatwierdził: