

27.09.2025r.

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
Konserwa rybna, roszonek, chleb, masło, herbata DIETA 6	G	Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	20g	G
		Mleko 2%/ Jogurt naturalny	15g/ 6g	M/ M
		Kiełbasa wieprzowa	40g	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G G	Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
		Roszonek, świeża	5g	-
		Mąka pszenna/ Jaja	30g/ 10g	G/ J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Owsianka z truskawką i bananem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Truskawka mrożona	50g	-
		Banan świeży	30g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa krem z buraczków z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/	7g	-
		Por, świeży	3g	-
		Cebula, świeża	5g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	6g	M
Mięso zapiekane w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D G	Mleko 2%	10ml	M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
Miks kaszy gryczanej z jęczmienną DIETA 1, 2, 6	G	Buraki	100g	-
		Ziemniaki	140g	-
		Śmietanka 30%	5ml	M
Kasza jaglana DIETA 3, 4, 12, 14	G	Serek topiony	2g	M
		Bułka pszenna, czerstwa	30g	G
		Mięso wieprzowe z szynki/ Filet drobiowy	30g/ 60g	-
		Bułka czerstwa/ Mąka pszenna	10g/ 10g	G/ G
Surówka z ogórka kiszzonego DIETA 1, 2, 6	BO	Jaja	10g	J
		Kasza gryczana/ Kasza jęczmienna	30g /30g	G/ G
		Kasza jaglana	60g	-
		Ogórek kiszony	56g	-
		Seler, korzeń	15g	SEL
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Pietruszka, korzeń / Marchew świeża	15g / 20g	-/ -
		Włoszczyzna, mrożona	100g	-
		Mieszanka kompotowa/ Wiśnia, mrożona	12g/ 12g	-/ -
Kompot owocowo- wiśniowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Kiwi DIETA 1, 2, 6	BO	Kiwi, świeże	100g	-
Banan- DIETA 3, 4	BO	Banan, świeży	120g	-
KOLACJA Salatka brokułowa z pestkami dyni i słonecznika, chleb, masło, bawarka 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
		Brokuł, mrożony	50g	SEL
		Papryka czerwona	30g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Pomidor, świeży	30g	-
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Jaja	30g	J
		Jogurt grecki	20ml	M
		Słonecznik łuskany	2g	-
		Pestki z dyni	2g	-
		Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-

E=2237,32kcal /W=306,13g/T=68,04g/B=95,53g/Kw.Tl.Nasy.=25,17g/Cukry=43,99g/S=8,56g/Bl.=49,25g

Sporządził:

Zatwierdził:

27.09.2025r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

BO- Bez obróbki cieplnej

PI- Pieczenie

S- Smaženie

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. Tl. Nasy.- Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem

W- Węglowodany ogółem

Cukry- w tym cukry

Bł.- 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=2237,32kcal /W=306,13g/T=68,04g/B=95,53g/Kw.Tl.Nasy.=25,17g/Cukry=43,99g/S=8,56g/Bl.=49,25g
 Sporządził: _____ Zatwierdził: _____