

28.09.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasztet drobiowy, rukola, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2, 6	G G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Pasztet drobiowy	70g	J, G
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Rukola, świeża	10g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Sok jabłkowy DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Sok jabłkowy	330ml	-
Jabłko świeże/Jabłko gotowane 6/ 12, 14	BO/G	Jabłko, świeże	150g	-
OBIAD Rosół z ryżem białym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości , wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	6g	-
		Seler , korzeń	7g	SEL
Kotleciki siekane DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	4g	M
		Olej	20ml	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cebula	2g	-
		Natka pietruszki, świeża	1g	-
		Ryż biały	30g	-
		Filet drobiowy	100g	-
Surówka z kapusty pekińskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Mąka pszenna	15g	G
		Jaja	5g	J
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Koper, świeży	2g	-
		Kapusta pekińska, świeża	80g	-
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jogurt typu greckiego	20g	M
		Marchew kostka, mrożona	100g	-
		Truskawka, 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,
PODWIECZOREK Jogurt owocowy pitny DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Jogurt owocowy pitny	250ml	M
Jogurt naturalny pitny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny pitny	330ml	M
KOLACJA Pasta z sera białego i szpinaku, rzodkiewka, miód 25g, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Twaróg biały	60g	M
Pasta z sera białego i szpinaku, rzodkiewka, chleb, masło, herbata DIETA 6	G	Jogurt naturalny	8g	M
		Szpinak mrożony	12g	R
		Rzodkiewka, świeża	20g	-
		Miód	25g	-
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2135,95kcal /W=275,71g/T=68,55g/B=91,74g/Kw.Tl.Nasy.=27,60g/Cukry=100,62g/S=6,65g/Bi.=38,80g

Sporządził:

Zatwierdził:

28.09.2025r.

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=2135,95kcal /W=275,71g/T=68,55g/B=91,74g/Kw.Tł.Nasy.=27,60g/Cukry=100,62g/S=6,65g/Bl.=38,80g

Sporządził:

Zatwierdził: