

29.09.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasta z jajka z tuńczykiem, sałata lodowa 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
		Salata lodowa, świeża	10g	-
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Jaja	50g	J
		Jogurt naturalny	15g	M
Zupa mleczna z kaszą jaglana, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Tuńczyk w sosie własnym	20g	R
	G	Kakao	2g	G
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	230ml/ 400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń śmietankowy+ biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	G	Budyń śmietankowy	13g	-
		Mleko 2%	150ml	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
Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowym i mięsem mieszanym DIETA 1, 6	D	Mleko 2%	10g	M
	G	Olej	20ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Groch, połówki	10g	-
Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G D	Ziemniaki	150g	-
		Marchew	30g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	12g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Filet drobiowy	30g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Makaron pszenny, świderki	100g	G
Kompot owocowo- porzeczkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Filet drobiowy	60g	-
		Mieszanka kompotowa	12g	-
		Porzeczka czarna, mrożona	12g	-
		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 Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 6	BO	Pomarańcza, świeża	120g	-
Banan DIETA 3, 4	BO	Banan, świeży	120g	-
Schab duszony, pomidor, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
Szynka drobiowa, pomidor (bez skórki i pestek), chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Masło 82%	10g	M
		Schab duszony, wędlina	65g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ
		Pomidor, świeży	50g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Płatki owsiane	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2114,94kcal /W=273,76g/T=64,20g/B=96,37g/Kw.Tl.Nasy.=21,51g/Cukry=47,11g/S=7,68g/Bl.=45,71g

Sporządził:

Zatwierdził:

29.09.2025r.

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

B1.- 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=2114,94kcal /W=273,76g/T=64,20g/B=96,37g/Kw.Tl.Nasy.=21,51g/Cukry=47,11g/S=7,68g/Bl.=45,71g

Sporządził:

Zatwierdził: