

02.10.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser żółty, sałatka zielona z pomidorami koktajlowymi z jogurtem, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Sałata zielona, świeża	35g	-
		Pomidory koktajlowe, świeże	30g	-
		Jogurt typu greckiego	10g	M
Konserwa rybna, sałatka zielona z pomidorami koktajlami z jogurtem, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 2, 6	G	Jogurt naturalny 2%	10g	M
		Ser żółty	50g	M
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
		Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kasza jaglana	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z musem brzoskwiniowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	150ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Brzoskwinia, świeża	50g	-
Budyń DIETA 6 (bez cukru)	G	Cukier	3g	-
		Budyń	13g	-
OBIAD Zupa koperkowa z jarzynami i makaronem świderki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	22g	-
		Pietruszka, korzeń	11g	-
		Seler, korzeń	9g	SEL
		Por, świeży	2g	-
		Cebula, świeża	3g	-
Sos potrawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Masło 82%	2g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
Kluski śląskie DIETA 1, 2	G	Mieszanka 7-składnikowa	50g	SEL
		Koper świeży	5g	-
		Makaron pszenny, świderki	30g	G, J
		Filet drobiowy	80g	-
Ziemniaki z koperkiem DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mąka pszenna	10g	G
		Ziemniaki	200g	-
		Mąka ziemniaczana	30g	-
		Jaja	12g	J
Surówka z kapusty czerwonej z olejem DIETA 1, 2, 6	BO	Mąka pszenna	10g	G
		Masło	6g	M
		Ziemniaki	250g	-
		Koper świeży	2g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew, świeża/ Jabłko, świeże	30g/ 30g	-/-
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka 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 Mandarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Mandarynka, świeża	100g	-
KOLACJA Paszтет drobiowy, papryka czerwona, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2 (bez papryki), 6	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Paszтет drobiowy	70g	SOJ, G
Szynka drobiowa, sałata zielona, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Papryka czerwona, świeża	50g	-
		Kurczak gotowany, wędlina	70g	SOJ
		Sałata zielona, świeża	35g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Płatki owsiane	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2235,24kcal /W=286,82g/T=73,61g/B=96,03g/ Kw.Tl.Nasy.=35,02g/Cukry=46,18g/S=7,53g/Bl.=46,38g

Sporządził:

Zatwierdził:

02.10.2025r.

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=2235,24kcal /W=286,82g/T=73,61g/B=96,03g/ Kw.Tł.Nasy.=35,02g/Cukry=46,18g/S=7,53g/Bl.=46,38g

Sporządził:

Zatwierdził: