

13.10.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka z indyka, rozszonka świeża, chleb, masło, herbata 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
		Szynka z indyka, wędlina	70g	SOJ
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Rozszonka, świeża	10g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Kasza manna	30g	-
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Owsianka czekoladowa z wiśnią DIETA 1, 6 (bez cukru)	G	Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Wiśnia, mrożona/ Kakao	50g/ 1g	-/ -
		Budyń	13g	-
Budyń DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Cukier	3g	-
OBIAD Kapuśniak z ziemniakami i kielbasą wieprzową DIETA 1, 6	G	Kości , wywar	200ml	-
		Marchew, świeża	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	2g	-
		Cebula, świeża	3g	-
		Masło 82%	4g	M
		Mleko 2%	10g	M
Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Olej	15ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Kielbasa wieprzowa	30g	-
		Filet z piersi kurczaka	30g	-
		Kapusta biała, świeża	100g	-
Naleśniki z serem na słodko DIETA 1, 2	S	Ziemniaki	130g	-
		Koncentrat pomidorowy	10g	-
		Mleko 2%	100ml	M
Salatka owocowa DIETA 1, 2	BO	Jaja	7g	J
		Mąka pszenna	50g	G
		Olej	8ml	-
Makaron pszenny z serem białym i musem truskawkowym słodzone DIETA 3, 4, 12, 14	G D	Cukier	4g	-
		Cukier wanilinowy	2g	-
		Banan, świeży	30g	-
		Jabłko, świeże	40g	-
		Kiwi, świeże	30g	-
Makaron pełnoziarnisty z serem białym i musem truskawkowym niesłodzonym DIETA 6	G D	Ananas w syropie	12g	-
		Brzoskwinia w syropie	16g	-
		Makaron pszenny, świderki	100g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Twaróg biały	60g	M
Kompot owocowo-porzeczkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Truskawka, mrożona	100g	-
		Mieszanka kompotowa, mrożona	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 Mandarynka- DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Mandarynka, świeża	100g	-
KOLACJA Salatka ryżowa z tuńczykiem, chleb, masło, herbata 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
		Ryż biały	30g	-
		Tuńczyk w sosie własnym	30g	R
		Papryka czerwona	30g	-
		Kukurydza konserwowa	15g	-
		Szczypior świeży	2g	-
		Koper świeży	2g	-
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Jogurt typu greckiego	20g	M
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2182,47kcal/W=287,92g/T=70,03g/B=93,24g/Kw.Tl.Nasy.=22,99g/Cukry=55,19g/S=8,38g/Bl.=44,86g

Sporządził:

Zatwierdził:

13.10.2025r.

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=2182,47kcal/W=287,92g/T=70,03g/B=93,24g/Kw.Tl.Nasy.=22,99g/Cukry=55,19g/S=8,38g/Bl.=44,86g	
Sporządził:	Zatwierdził: