

16.10.2025r.

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
		Zakwas barszczu białego/ Mąka pszenna	35g/ 28g	G/ G
		Mleko 2%/ Jogurt naturalny 2%	28g/ 6g	M/ M
		Kielbasa wieprzowa	50g	-
		Twaróg biały	70g	M
Twarożek, roszponka, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 6	G	Jogurt naturalny	8g	M
		Roszponka świeża	10g	-
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt z owsianką DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt z owsianką	200g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa kalafiorowa z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	2g	M
		Mleko 2%	10g	M
Gulasz drobiowy z jarzynami w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Olej	20ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Ziemniaki	130g	-
Kasza bulgur DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kalafior, mrożony	70g	-
		Filet z mięsa drobiowego	70g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Surówka z kapusty czerwonej z olejem DIETA 1, 2, 6	BO	Kasza bulgur	70g	G
		Marchew kostka, mrożona	100g	-
		Kapusta czerwona, świeża	70g	-
		Marchew świeża	20g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Cebula	2g	-
		Mieszaneczka kompotowa, mrożona	25g	-
		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 Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6	BO	Banan, świeży	120g	-
KOLACJA Galareta drobiowa, sałata lodowa, 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
		Udka drobiowe	38g	-
		Filet drobiowy	20g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	4g	SEL
		Marchew, świeża	10g	-
		Natka pietruszki, liście	1g	-
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Włoszczyzna	30g	SEL
		Groszek konserwowy	5g	-
		Żelatyna	5g	-
		Sałata lodowa, świeża	35g	-
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Ryż brązowy	30g	-
		Herbata	230ml/ 130ml	-

E=2181,19kcal /W=279,44g/T=69,04g/B=96,65g/Kw.Tl.Nasy.=21,66g/Cukry=54,43g/S=6,98g/Bl.=46,75g

Sporządził:

Zatwierdził:

16.10.2025r.

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=2181,19kcal /W=279,44g/T=69,04g/B=96,65g/Kw.Tl.Nasy.=21,66g/Cukry=54,43g/S=6,98g/Bl.=46,75g
 Sporządził: _____ Zatwierdził: _____