

01.03.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	5g	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Jaja	70g	J
Pasta z jajka, papryka czerwona, sałata lodowa, chleb graham, masło, bawarka DIETA 6	G	Papryka czerwona	50g	-
	G	Salata lodowa	35g	-
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Serek homo.- DIETA 1, 2, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany o smaku brzoskwiowym	150g	M
Jogurt naturalny- DIETA 3, 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa ogórkowa z ryżem białym DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Seler	5g	SEL
		Masło 82%	12g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa jarzynowa z ryżem białym DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
Pulpety rybne DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Ogórek kiszony	20g	-
		Ryż biały	20g	-
		Miruna, bez skóry	100g	R
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Bułka czerstwa	10g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	5g	J
		Ziemniaki	250g	-
Surówka z kapusty kiszonej DIETA 3, 4, 6, 12, 14	BO	Kapusta kiszona	70g	-
		Jabłko	25g	-
		Marchew	15g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Włoszczyzna mrożona	100g	SEL
		Jabłko	50g	-
		Cukier	5g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan- DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan	120g	-
KOLACJA Pasztet z czerwonej soczewicy, pomidor, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 6	PI G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	5g	-
		Ryż biały	10g	-
Twarożek, chleb/ bułka, masło, kakao DIETA 3, 4		Włoszczyzna	15g	SEL
		Soczewica czerwona	15g	-
		Jaja	5g	J
		Olej	8g	-
		Filet drobiowy	20g	-
		Marchew	10g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mąka ziemniaczana	5g	-
	G	Pomidor	40g	-
		Przyprawy [pieprz czarny, kminek mielony, zioła prowansalskie, sól, papryka słodka]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Kakao	1g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Kasza jęczmienna	30g	G
	Mleko 2%	400ml	M	
	Herbata	230ml	-	

E=2306,34kcal /W=332,48g/T=69,67g/B=88,99g/Kw.Tl.Nasy.=31,89g/Cukry=94,45g/S=5,37g/Bl.=25,56g

Sporządził:

Zatwierdził:

01.03.2024r.

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 posilków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2306,34kcal /W=332,48g/T=69,67g/B=88,99g/Kw.Tł.Nasy.=31,89g/Cukry=94,45g/S=5,37g/Bl.=25,56g

Sporządził:

Zatwierdził: