

05.03.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka wieprzowa, pomidor, rukola, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 6	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	8g	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
Szynka z indyka, chleb, masło, kawa inka DIETA 3, 4	G	Szynka z indyka	70g	-
		Pomidor	50g	-
		Rukola	10g	-
		Kawa inka	2g	G
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń + biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Budyń	13g	G
		Biszkopty	12g	J, G
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa krem jarzynowa z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Wątróbka z warzywami DIETA 1, 2, 6	D	Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Ziemniaki	130g	-
Mięso drobiowe gotowane DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kalafior mrożony	15g	SEL
		Brokuł mrożony	15g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	7g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Śmietanka 30%	5ml	M
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ser topiony	1g	M
		Bułka, czerstwa	25g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Wątróbka drobiowa	100g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Surówka z kapusty czerwonej DIETA 1, 2, 6	BO	Filet drobiowy	100g	-
		Ziemniaki	230g	-
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Kapusta czerwona, świeża	70g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew świeża	15g	-
		Jabłko	25g	-
		Cebula	2g	-
		Truskawka, mrożona	40g	-
		Cukier	8g	-
Kompot truskawkowy 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]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan	130g	-
KOLACJA Salatka z kaszy jęczmiennej, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G 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	8g	-
		Kasza jęczmienna	20g	G
		Filet drobiowy	25g	-
		Olej	5ml	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Papryka czerwona	20g	-
	G	Ogórek kiszony	15g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
	Herbata	230ml	-	

E=2263,97kcal /W=330,33g/T=64,88g/B=91,81g/Kw.Tl.Nasy.=27,50g/Cukry=82,50g/S=5,41g/Bl.=25,83g

Sporządził:

Zatwierdził:

05.03.2024r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

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=2263,97kcal /W=330,33g/T=64,88g/B=91,81g/Kw.Tł.Nasy.=27,50g/Cukry=82,50g/S=5,41g/Bl.=25,83g

Sporządził:

Zatwierdził: