

10.03.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasta z sera białego z makrełą wędzoną, sałata lodowa, pomidor, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30g	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	10g	-
		Twaróg bały	70g	M
Pasta z sera białego, sałata lodowa, chleb/ bułka, masło, kawa zbożowa DIETA 3, 4	G	Śmietana 12%	5g	M
		Makreła wędzona	10g	R
		Sałata lodowa	35g	-
		Pomidor	50g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kawa zbożowa	5g	G
	G	Mleko 2%	230ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt owocowy	125g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Rosół z lanym ciastem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości , wywar	400ml	-
		Masło 82%	10g	M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Bitki wołowe w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Marchew	25g	-
		Pietruszka	15g	-
		Seler	5g	SEL
		Mąka pszenna	30g	G
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	10g	J
		Wołowina	100g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Kasza jęczmienna	70g	G
Buraki z jabłkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Buraki	90g	-
		Jabłko	30g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, łubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza (połówka)	120g	-
KOLACJA Salatka jarzynowa, 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	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Ogórek kiszony	10g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Marchew	40g	-
		Ziemiaki	40g	-
		Jabłko	10g	-
		Pietruszka	5g	-
		Seler	5g	SEL
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jaja	30g	J
	G	Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2095,35kcal /W=293,47g/T=65,70g/B=84,34g/Kw.Tl.Nasy.=31,07g/Cukry=83,74g/S=3,80g/Bl.=25,47g

Sporządził:

Zatwierdził:

10.03.2024r.

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=2095,35kcal /W=293,47g/T=65,70g/B=84,34g/Kw.Tł.Nasy.=31,07g/Cukry=83,74g/S=3,80g/Bl.=25,47g

Sporządził:

Zatwierdził: