

12.03.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka wieprzowa, mix салат, chleb, masło, herbata 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	10g	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mix салат	10g	-
	G	Kasza jęczmienna	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
Herbata		Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
II ŚNIADANIE Owsianka z ananasem i wiórkami kokosowymi- DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Płatki owsiane	30g	G
		Ananas w syropie	20g	-
		Wiórki kokosowe	2g	-
		Cukier	3g	-
Budyń (bez cukru) DIETA 6	G	Budyń	13g	-
OBIAD Zupa krem z dyni z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Seler	5g	SEL
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	8g	-
Schab duszony w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
Ryż brązowy DIETA 1, 2, 6	G	Ser topiony	1g	M
		Śmietanka 30%	5ml	M
Ryż biały DIETA 3, 4, 12, 14	G	Dynia-kostka, mrożona	100g	-
		Pomidor	25g	-
		Cebula	2g	-
Fasolka szparagowa z wody DIETA 1, 2, 6	G	Bułka pszenna, czerstwa	25g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Schab wieprzowy	100g	-
		Ryż brązowy	60g	-
		Ryż biały	60g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Fasola szparagowa, mrożona	100g	SEL
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubezyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, imbir, gałka muszkatołowa, czosnek]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK- Mandarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Mandarynka	100g	-
KOLACJA Drożdżówki z budyniem, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4	G	Chleb pszenny	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mąka pszenna	40g	G
		Drożdże, instanc	1g	G
		Jaja	6g	J
		Cukier	5g	-
		Mleko 2%/ Twaróg biały	20ml i 25ml/ 30g	M
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Olej	3ml	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
		Budyń	4g	G
		Cukier	2g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
		Rzodkiewka	15g	-
		Koper świeży	1g	-
		Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2101,07kcal /W=277,62g/T=64,63g/B=96,63g/Kw.Tl.Nasy.=29,29g/Cukry=83,46g/S=4,22g/Bl.=20,29g

Sporządził:

Zatwierdził:

12.03.2024r.

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 posiłków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2101,07kcal /W=277,62g/T=64,63g/B=96,63g/Kw.Tł.Nasy.=29,29g/Cukry=83,46g/S=4,22g/Bl.=20,29g

Sporządził:

Zatwierdził: