

13.01.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Pasztet drobiowy, pomidor, 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/15g	M
		Cukier	10g	-
		Pasztet drobiowy	70g	G, J
Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12,14	G	Pomidor	50g	-
	G	Makaron nitki	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Owsianka z jabłkiem i cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	200ml	M
		Jabłko	50g	-
		Cynamon	1g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa grysikowa DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5g	-
		Mąka pszenna	20g	G
Zapiekanka ziemniaczana z mięsem drobiowym i warzywami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
	D	Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Kasza manna	30g	G
		Ziemniaki	150g	-
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Włoszczyzna	25g	SEL
Sos koperkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Brokuł mrożony	15g	SEL
		Kalafior mrożony	15g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	15g	SEL
		Marchew kostka, mrożona	15g	SEL
		Groszek konserwowy	3g	-
		Kukurydza konserwowa	3g	-
		Filet drobiowy	70g	-
		Koper świeży	3g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 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 Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko	150g	-
KOLACJA Pasta jajka ze szczypiorkiem, chleb, masło, kakao 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/15g	M
		Cukier	10g	-
Szynka drobiowa, chleb/bułka, masło, kakao DIETA 3,4	G	Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
		Szczypior	1g	-
		Szynka drobiowa	70g	G
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kakao	1g	G
		Mleko 2%	230ml	M
	G	Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata 230ml	230ml	-

E=2121,87kcal /W=272,32g/T=71,29g/B=92,15g/Kw.Tl.Nasy.=29,82g/Cukry=68,32g/S=3,97g/Bl.=1,75g

Sporządził:

Zatwierdził:

13.01.2024r.

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=2121,87kcal /W=272,32g/T=71,29g/B=92,15g/Kw.Tł.Nasy.=29,82g/Cukry=68,32g/S=3,97g/Bl.=1,75g

Sporządził:

Zatwierdził: