

13.03.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	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	10g	-
		Szynka z indyka	70g	-
Szynka z indyka, papryka czerwona, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G	Papryka czerwona	50g	-
		Herbata	130ml	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Galaretka z owocami DIETA 1, 2, 3, 4	G	Galaretka	13g	-
		Ananas w syropie	7g	-
		Brzoskwinia w syropie	5g	-
Kisiel DIETA 6(bez cukru), 12, 14	G	Kisiel	13g	G
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa pęczakowa z jarzynami i soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
Zupa krupnik z jarzynami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	8g	-
		Mąka pszenna	20g	G
Jajka w sosie koperkowym DIETA 1, 2, 6	S	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Kalafior mrożony	12g	SEL
Mięso drobiowe duszone DIETA 3, 4, 12, 14	D	Fasolka szparagowa	5g	SEL
		Kasza pęczak	30g	G
		Kasza jęczmienna, średnia	30g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Soczewica zielona	10g	-
		Jaja	100g	J
		Koper, świeży	2g	-
Surówka z kapusty czerwonej z olejem DIETA 1, 2, 6	BO	Filet drobiowy	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
		Kapusta czerwona	70g	-
		Jabłko	30g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew	20g	-
		Marchew	100g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko	150g	-
KOLACJA Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem, chleb, masło, kawa zbożowa 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	-
		Twaróg biały	75g	M
Twarożek, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 3, 4	G	Śmietana 12%	5g	M
		Rzodkiewka	15g	-
		Szczypior świeży	1g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, Chleb, Masło, Herbata DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
		Kasza jaglana	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2155,89kcal /W=310,71g/T=64,19g/B=84,42g/Kw.Tl.Nasy.=29,44g/Cukry=93,65g/S=3,88g/Bl.=26,59g

Sporządził:

Zatwierdził:

13.03.2024r.

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=2155,89kcal /W=310,71g/T=64,19g/B=84,42g/Kw.Tł.Nasy.=29,44g/Cukry=93,65g/S=3,88g/Bl.=26,59g

Sporządził:

Zatwierdził: