

15.01.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Szynka wieprzowa, papryka, sałata lodowa, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 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 wieprzowa	70g	-
Szynka wieprzowa, sałata lodowa, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 2, 3, 4	G	Papryka czerwona	50g	-
		Sałata lodowa	35g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
Zupa mleczna z kasza 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 Sok owocowy-DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Sok owocowy	330ml	-
Kisiel - DIETA 6(bez cukru)	G	Kisiel	13g	G
OBIAD Zupa grochowa z lanym ciastem DIETA 1, 6	G	Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa jarzynowa z lanym ciastem DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
Łazanki z kapustą, pieczarką i mięsem drobiowym DIETA 1	G	Kalafior mrożony	15g	SEL
	D	Fasolka szparagowa, mrożona	5g	SEL
	S	Groch, połówki	15g	-
		Mąka pszenna	20g	G
Mięso drobiowe gotowane w jarzynce DIETA 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	10g	J
		Kapusta biała	130g	-
		Pieczarka	25g	-
		Filet drobiowy	40g	-
Ziemniaki DIETA 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cebula	5g	-
		Makaron pszenny, lazanka	100g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Filet drobiowy	100g	-
Buraczki na ciepło DIETA 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	250g	-
		Buraki	100g	-
		Jabłko	50g	-
		Cukier	10g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Jogurt z owsianką DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt z owsianką	150g	M
Jogurt naturalny- DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	200g	M
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14	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	-
		Zakwas barszczu białego	30g	G
Konserwa rybna, mix sałat, chleb graham, masło, herbata DIETA 6	G	Mąka pszenna	30g	G
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Jaja	25g	J
		Kielbasa	30g	-
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb/bulka, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Makrela w sosie pomidorowym	50g	R
		Mix sałat	35g	-
		Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2345,01kcal /W=330,56g/T=71,39g/B=89,34g/Kw.Tl.Nasy.=30,93g/Cukry=106,13g/S=4,64g/Bl.=4,05g

Sporządził:

Zatwierdził:

15.01.2024r.

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=2345,01kcal /W=330,56g/T=71,39g/B=89,34g/Kw.Tł.Nasy.=30,93g/Cukry=106,13g/S=4,64g/Bl.=4,05g

Sporządził:

Zatwierdził: