

18.01.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Chalka, dżem owocowy, plaster sera białego, masło, kawa zbożowa DIETA 1,2,3,4	G	Chleb pszenny	30-90g	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	-
		Chalka	100g	G
		Dżem owocowy	60g	-
Pasta z jajka z rzodkiewką i szczypiorkiem, chleb graham, masło, kawa zbożowa DIETA 6	G	Twaróg biały	30g	M
	G	Mleko 2%	230ml	M
		Kawa zbożowa	5g	G
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa mleczna z ryżem, chleb, masło, herbata DIETA 12	G	Rzodkiewka	5g	-
	G	Szczypior	1g	-
		Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Kisiel z jabłkiem i bananem DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12, 14	G	Kisiel	13g	G
		Banan	20g	-
		Jabłko	30g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa koperkowa z makaronem świderki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	3g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Mięso zapiekane drobiowo-wieprzowe DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	PI	Olej	5g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Makaron pszenny, świderki	30g	G
		Koper świeży	3g	-
		Mięso wieprzowe	55g	-
		Filet drobiowy	55g	-
Ćwikła z jabłkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Bułka czerstwa	10g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	10g	J
		Ziemniaki	250g	-
		Buraki	90g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jabłka	25g	-
		Truskawka mrożona	50g	-
		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 Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza	130g	-
KOLACJA Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, bawarka 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	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Szynka drobiowa	70g	G
	G	Sałata lodowa	30g	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata 230ml	130ml	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata 230ml	230ml	-		

E=2287,57kcal /W=314,48g/T=72,48g/B=89,56g/Kw.Tl.Nasy.=28,72g/Cukry=90,47g/S=4,14g/Bl.=1,95g

Sporządził:

Zatwierdził:

18.01.2024r.

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=2287,57kcal /W=314,48g/T=72,48g/B=89,56g/Kw.Tł.Nasy.=28,72g/Cukry=90,47g/S=4,14g/Bl.=1,95g

Sporządził:

Zatwierdził: