

19.03.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka z indyka, ogórek kiszony, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	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, chleb/ bułka, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Szynka z indyka	70g	
		Ogórek kiszony	30g	
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Budyń DIETA 6 (bez cukru), 3	G	Budyń	13g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa kalafiorowa z kaszą jaglaną DIETA 1, 2, 6	G	Kości , wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną DIETA 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
Indyk z warzywami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D PA	Seler	5g	SEL
		Kalafior mrożony	60g	SEL
		Kasza jaglana	30g	-
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Filet z indyka	110g	-
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
Ćwikła DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G G	Buraki	80g	-
		Jabłko	25g	-
		Truskawka, mrożona	50g	-
Kompot truskawkowy 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]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Banan	120g	-
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan	120g	-
KOLACJA Ślimaczki drożdżowe z serem białym, jajko gotowane, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 3, 4	PI 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	
		Drożdże, instant	1g	G
		Twaróg biały	50g	M
Pasta z jajka z pomidorem i szczypiorem, chleb, masło, kakao DIETA 6	G G	Jaja	6g	J
		Mąka pszenna	40g	G
		Cukier	5g	-
		Olej	3ml	-
		Mleko 2%	25ml	M
		Cukier wanilinowy	1g	-
Zupa mleczna z płatkami osianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Jaja	70g/ 50g	J
		Śmietana 12%	5g	M
		Pomidor	20g	-
		Szczypior, świeży	1g	-
		Kakao	1g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2137,89kcal/W=290,11g/T=65,85g/B=96,39g/Kw. Tł. Nasy.=30,06g/Cukry=92,52g/S=5,09g/ Bł.=21,4g

Sporządził:

Zatwierdził:

19.03.2024r.

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=2137,89kcal/W=290,11g/T=65,85g/B=96,39g/Kw. Tł. Nasy.=30,06g/Cukry=92,52g/S=5,09g/ Bl.=21,4g

Sporządził:

Zatwierdził: