

20.01.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, pomidor, mix sałat, ketchup, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6(bez ketchupu)	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/15g	M
		Cukier	10g	-
		Parówka drobiowa	70g	G
		Pomidor	50g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Mix sałat	35g	-
		Ketchup	20g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Herbata	230ml	-
		Szpinak mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	60ml	-
		Jabłko	50g	-
Banan DIETA 6	BO	Banan	30g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa gulaszowa z jarzynami, ziemniakami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Banan	150g	-
		Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	15g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5g	-
Ryż biały z musem truskawkowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G PA	Mąka pszenna	20g	G
		Seler	5g	SEL
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
Mięso drobiowe duszone DIETA 6	D	Kukurydza konserwowa	3g	-
		Filet drobiowy	70g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Ryż biały	80g	-
		Mleko 2%	150ml	M
Ryż brązowy DIETA 6	G	Cukier	2g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
		Truskawka mrożona	100g	-
		Śmietanka 30%	10ml	M
Jarzynka gotowana DIETA 6	G	Filet drobiowy	100g	-
		Ryż brązowy	60g	-
		Włoszczyzna	100g	SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Jabłko	150g	-
KOLACJA Sałatka z soczewicą czerwoną, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 6	G 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/15g	M
		Cukier	10g	-
		Filet drobiowy	30g	-
Szynka drobiowa, bułka/chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 3, 4	G	Soczewica czerwona	30g	-
		Papryka czerwona	20g	-
		Ogórek kiszony	30g	-
		Kukurydza konserwowa	6g	-
		Olej	5g	-
		Szynka drobiowa	70g	G
		Kawa zbożowa	5g	G
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12	G G	Mleko 2%	230ml	M
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E= 2327,59kcal/W=330,83g/T=69,81g/B=89,91g/Kw.Tl.Nasy.=30,41g/Cukry=77,57g/S=5,19g/Bl.=6,72g

Sporządził:

Zatwierdził:

20.01.2024r.

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= 2327,59kcal/W=330,83g/T=69,81g/B=89,91g/Kw.Tł.Nasy.=30,41g/Cukry=77,57g/S=5,19g/Bl.=6,72g

Sporządził:

Zatwierdził: