

28.03.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Paszтет drobiowy, sałata lodowa, chleb, masło, herbata 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	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Paszтет drobiowy	70g	G, J
	G	Salata lodowa	15g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt owocowy	125ml	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150ml	M
OBIAD Zupa krem jarzynowa z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	14g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
Indyk w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemiaki	130g	-
		Kalafior mrożony	15g	SEL
		Brokuł mrożony	15g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	7g	SEL
		Seler	5g	SEL
Ziemiaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Śmietanka 30%	5ml	M
		Ser topiony	1g	M
Surówka z kapusty włoskiej DIETA 1, 2, 6	G	Bułka, czerstwa	25g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Filet z piersi indyka	100g	-
		Ziemiaki	250g	-
		Kapusta włoska	70g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew	15g	-
		Jabłko	25g	-
		Szpinak, mrożony	100g	SEL
		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, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza (połówka)	120g	-
KOLACJA Pasta z sera białego i szpianku, chleb, masło, kawa inka 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	-
Twarożek, chleb/ bułka, masło, kawa inka DIETA 3,4	G	Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Szpinak, mrożony	12g	SEL
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
		Kawa inka	2g	G
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2114,35kcal /W=296,56g/T=64,26g/B=86,64g/Kw.Tl.Nasy.=30,42g/Cukry=81,49g/S=4,81g/Bl.=24,61g

Sporządził:

Zatwierdził:

28.03.2024r.

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 posiłków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2114,35kcal /W=296,56g/T=64,26g/B=86,64g/Kw.Tł.Nasy.=30,42g/Cukry=81,49g/S=4,81g/Bl.=24,61g

Sporządził:

Zatwierdził: