

30.03.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3	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	8g	-
Twarógek, sałata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 6	G G	Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Salata lodowa	10g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Sok owocowy	330ml	-
		Budyń	13g	-
Budyń DIETA 6 (bez cukru)	G	Mleko 2%	200ml	M
OBIAD Zupa ziemniaczana z soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa ziemniaczana DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Olej	5ml	-
		Mąka pszenna	5g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Soczewica zielona	10g	-
Makaron pszenny z serem białym, jabłkiem i cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 12,14	S	Ziemniaki	130g	-
		Seler	5g	SEL
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	70g	G
		Makaron pszenny, świderki	70g	G
		Cukier	3g	-
Makaron pełnoziarnisty z serem białym DIETA 6	G D	Cukier wanilinowy	1g	-
		Jabłko	100g	-
		Cynamon	1g	-
		Twaróg biały	80g	M
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12,14	G	Cukier	8g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny- DIETA 3, 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Paprykarz z makrelą w sosie pomidorowym z warzywami, 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	8g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Ryż biały	25g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Marchew	10g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2249,19kcal/W=330,25g/T=64,37g/B=79,38g/Kw.Tł.Nasy.=30,69g/Cukry=128,17g/S=3,85g/Bl.=17,86g

Sporządził:

Zatwierdził:

30.03.2024r.

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=2249,19kcal/W=330,25g/T=64,37g/B=79,38g/Kw.Tł.Nasy.=30,69g/Cukry=128,17g/S=3,85g/Bl.=17,86g

Sporządził:

Zatwierdził: