

31.03.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1(+ chrzan), 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	-
		Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	20g	G
		Mleko 2%	10g	M
		Jaja	25g	J
		Śmietana 12%	3g	M
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3, 4, 12,14	G G	Kielbasa	30g	-
		Chrzan	10g	-
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Strucla z makiem- DIETA 1, 2	BO	Strucla z makiem	100g	M, J, G
Kisiel- DIETA 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Kisiel	13g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Rosół z makaronem nitki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
Roladki z marchewką w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Pietruszka korzeń	10g	-
		Seler	5g	-
		Cebula	2g	-
		Makaron nitka	25g	G, J
Kasza bulgur DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Kasza bulgur	60g	G
Surówka z kapusty białej DIETA 1, 2, 6	BO	Kapusta biała	80g	-
		Marchew	10g	-
		Jabłko	20g	-
		Jogurt grecki	10ml	M
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna, mrożona	100g	-
		Truskawka, mrożona	50g	-
		Cukier	10g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Jogurt owocowy	125g	M
PODWIECZOREK Jogurt owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt owocowy	125g	M
Jogurt naturalny- DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Salatka jarzynowa, chleb, masło, bawarka 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	12g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Ogórek kiszony	10g	-
		Groszek konserwowy/ Kukurydza konserwowa	5g/ 5g	-
		Marchew mrożona, kostka	40g	-
		Ziemiaki	40g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Jabłko	10g	-
		Pietruszka	5g	-
		Seler	5g	SEL
		Jaja	30g	J
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-

E=2210,60kcal /W=316,57g/T=64,60g/B=85,93g/Kw.Tl.Nasy.=29,32g/Cukry=83,01g/S=5,09g/Bl.=24,09g

Sporządził:

Zatwierdził:

31.03.2024r.

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=2210,60kcal /W=316,57g/T=64,60g/B=85,93g/Kw.Tł.Nasy.=29,32g/Cukry=83,01g/S=5,09g/Bl.=24,09g

Sporządził:

Zatwierdził: