

03.05.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Chalka, dżem owocowy, chleb, plaster sera białego, masło, kakao DIETA 1,2,3,4	G	Chleb pszenny	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	8g	-
		Chalka	80g	G
Pasta z jajka, papryka czerwona, salata zielona, chleb, masło, kakao DIETA 6	G	Dżem owocowy	30g	-
	G	Twaróg biały	30g	M
	G	Mleko 2%	230ml	M
		Kakao	1g	G
		Jaja	70g	J
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
	G	Papryka czerwona	50g	-
		Salata zielona	35g	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
Budyń DIETA 6 (bez cukru)	G	Syrop owocowy	15ml	-
OBIAD Zupa pieczarkowa z makaronem świderki DIETA 1, 6	G	Budyń	15g	-
		Kości , wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Seler	5g	SEL
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
Zupa jarzynowa z makaronem świderki DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	7g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Pulpety rybne DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Makaron, świderki	20g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Pieczarka	20g	-
		Miruna, bez skóry	100g	R
		Bułka czerstwa	10g	G, SOJ, SEZ, M, J
Surówka z kapusty czerwonej DIETA 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jaja	5g	J
		Ziemniaki	250g	-
		Kapusta czerwona	70g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Jabłko	25g	-
		Marchew	15g	-
		Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Jabłko świeże	50g	-
		Cukier	8g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan	130g	-
KOLACJA Salatka z buraczkami, rukolą, twarogiem i słonecznikiem, 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	-
		Buraki	60g	-
		Rukola	10g	-
		Twaróg biały	60g	M
		Słonecznik łuskany	5g	-
		Olej	8g	-
Przyprawy[Zioła prowansalskie, sól, kwasek cytr.]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR		
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2213,55kcal/W=324,54g/T=64,91g/B=84,26g/Kw.Tł.Nasy.=28,37g/Cukry=100,51g/S=3,79g/Bl.=23,43g

Sporządził:

Zatwierdził:

03.05.2024r.

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=2213,55kcal/W=324,54g/T=64,91g/B=84,26g/Kw.Tł.Nasy.=28,37g/Cukry=100,51g/S=3,79g/Bl.=23,43g

Sporządził:

Zatwierdził: