

06.04.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka z indyka, mix sałat, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4, 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	-
		Szynka z indyka	70g	-
		Mix sałat	10g	-
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 12,14	G	Kawa inka	2g	G
	G	Mleko 2%	230ml	M
		Ryż brązowy	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Budyń DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Budyń	13g	G
		Mleko 2%	200ml	M
OBIAD Zupa pomidorowa z makaronem nitki DIETA 1, 2, 6	G	Cukier	5g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	14g	M
Zupa jarzynowa z makaronem nitki DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
Zapiekanka ziemniaczana z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G PA	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	10g	-
		Makaron nitki	25g	G
		Seler	5g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
		Brokuł, mrożony	30g	SEL
		Marchew	30g	-
		Kalafior, mrożony	30g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	50g	SEL
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Sos koperkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Fasolka szparagowa, mrożona
Filet drobiowy	100g			-
Koper, świeży	5g			-
Truskawka mrożona	50g			-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12,14	G	Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubezyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza (połówka)	120g	-
KOLACJA Salatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2 (bez papryki), 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	-
		Kapusta pekińska	30g	-
		Filet drobiowy	30g	-
		Papryka czerwona	10g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Ogórek kiszony	12g	-
	G	Pomidor	10g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Olej	7g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
	Herbata	230ml	-	

E=2044,74kcal /W=278,10g/T=63,96g/B=86,65g/Kw.Tl.Nasy.=27,77g/Cukry=79,64g/S=5,89g/Bl.=24,68g

Sporządził:

Zatwierdził:

06.04.2024r.

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=2044,74kcal /W=278,10g/T=63,96g/B=86,65g/Kw.Tł.Nasy.=27,77g/Cukry=79,64g/S=5,89g/Bl.=24,68g

Sporządził:

Zatwierdził: