

10.04.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Żurek z kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14	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	-
Twarożek, pomidor, chleb graham, masło, bawarka DIETA 6	G G	Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	30g	G
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Kielbasa wieprzowa	30g	-
Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3,4		Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Pomidor świeży	50g	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Makaron nitki	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Syrop owocowy	15ml	-
Budyń DIETA 6(bez cukru)	G	Cukier	3g	-
		Budyń	13g	-
OBIAD Zupa pęczakowa z jarzynami i soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa krupnik z jarzynami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Olej	8g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Jajko sadzone DIETA 1, 2, 6	S	Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Kalafior mrożony	12g	SEL
		Fasolka szparagowa	5g	SEL
Mięso drobiowe duszone DIETA 3, 4, 12, 14	D	Kasza pęczak	30g	G
		Kasza jęczmienna, średnia	30g	G
		Soczewica zielona	10g	-
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	100g	J
		Filet drobiowy	100g	-
Surówka z kapusty czerwonej z olejem DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Kapusta czerwona	70g	-
		Jabłko	30g	-
		Marchew	20g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew	100g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	8g	-
Kompot owocowy 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, GOR
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko	150g	-
ŚNIADANIE Filet drobiowy w galarecie, sałata lodowa, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 6, 3, 4	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	-
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Filet drobiowy w galarecie	100g	G, SOJ
		Sałata lodowa	35g	-
		Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2240,63kcal /W=327,09g/T=65,39g/B=86,63g/Kw.Tl.Nasy.=28,91g/Cukry=88,10g/S=7,52g/Bl.=26,86g

Sporządził:

Zatwierdził:

10.04.2024r.

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 posilków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2240,63kcal /W=327,09g/T=65,39g/B=86,63g/Kw.Tł.Nasy.=28,91g/Cukry=88,10g/S=7,52g/Bl.=26,86g

Sporządził:

Zatwierdził: