

11.04.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Szynka wieprzowa, mix sałat, chleb, masło, kawa zbożowa 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	10g	-
Szynka drobiowa, mix sałat, chleb/ bułka, masło, kawa zbożowa DIETA 3, 4	G	Szynka wieprzowa	70g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Mix sałat	10g	-
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 12,14	G	Kawa zbożowa	5g	G
	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Kasza jaglana	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Szpinak mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	60ml	-
		Jabłko	50g	-
Kisiel DIETA 3, 4, 6(bez cukru)	G	Banan	30g	-
		Kisiel	13g	-
OBIAD Zupa krupnik z soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Cukier	5g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
Zupa krupnik DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
Zapiekanka makaronowa z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G PA	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Soczewica zielona	10g	-
		Seler	5g	SEL
		Makaron świderki, pszenny	80g	G
		Brokuł, mrożony	30g	SEL
		Marchew	30g	-
		Kalafior, mrożony	30g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	50g	SEL
Sos koperkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	25g	SEL
		Filet drobiowy	80g	-
		Koper, świeży	5g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12,14	G	Jabłka	50g	-
		Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubyzyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jogurt z owsianką DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt z owsianką	200g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Sałatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym, 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	10g	-
		Kapusta pekińska	30g	-
		Filet drobiowy	30g	-
		Papryka czerwona	10g	-
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Ogórek kiszony	12g	-
		Pomidor	10g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Olej	8g	-
		Ryż biały	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2205,69kcal /W=305,44g/T=64,5g/B=95,41g/Kw.Tl.Nasy.=27,6g/Cukry=96,68g/S=5,43g/Bl.=24,57g

Sporządził:

Zatwierdził:

11.04.2024r.

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=2205,69kcal /W=305,44g/T=64,5g/B=95,41g/Kw.Tł.Nasy.=27,6g/Cukry=96,68g/S=5,43g/Bl.=24,57g

Sporządził:

Zatwierdził: