

14.04.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14	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	30g	G
Konserwa rybna, sałata lodowa, chleb graham, masło, herbata DIETA 6	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Jaja	25g	J
		Kielbasa	30g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb/bułka, masło, herbata- DIETA 3,4	G	Salata lodowa	35g	-
		Płatki kukurydziane	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Kisiel z jabłkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Kisiel	13g	-
		Jabłko	50g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Rosół z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400 ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
Gulasz z indyka w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Pietruszka korzeń	10g	-
		Seler	5g	-
		Cebula	2g	-
Kasza bulgur DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	130g	-
		Filet z piersi indyka	100g	-
		Kasza bulgur	60g	G
Surówka z marchewki, jabłka, selera i pora DIETA 1, 2, 6	BO	Marchew	70g	-
		Jabłko	30g	-
		Seler	5g	-
		Por	3g	-
		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,
PODWIECZOREK Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Twarożek z szynką drobiową, chleb, masło, kawa inka 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	-
		Twaróg biały	50g	M
Twarożek, chleb/ bułka, masło, kawa inka DIETA 3, 4	G	Śmietana 12%	5g	M
		Szynka drobiowa	20g	SOJ, M
		Mleko 2%	230ml	M
		Kawa inka	2g	G
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, Chleb, Masło, Herbata DIETA 12, 14	G	Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2152,43kcal /W=290,03g/T=66,31g/B=96,62g/Kw.Tl.Nasy.=31,92g/Cukry=89,72g/S=4,63g/Bl.=22,77g

Sporządził:

Zatwierdził:

14.04.2024r.

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=2152,43kcal /W=290,03g/T=66,31g/B=96,62g/Kw.Tł.Nasy.=31,92g/Cukry=89,72g/S=4,63g/Bl.=22,77g

Sporządził:

Zatwierdził: