

17.04.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka z indyka, sałata zielona, chleb, masło, kakao 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	-
		Salata zielona	35g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Kakao	1g	G
	G	Płatki owsiane	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Budyń czekoladowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Budyń czekoladowy	13g	G
		Mleko 2%	200ml	M
		Cukier	5g	-
OBIAD Barszcz czerwony z jajkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200 ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
Pierogi z serem i szpinakiem DIETA 1, 2	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
Mięso drobiowe z warzywami DIETA 3, 4, 6, 12, 14	D PA	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Buraki	60g	-
		Koncentrat buraczany	6ml	-
		Ziemniaki	130g	-
Kasza jęczmienna DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Seler	5g	SEL
		Kalafior, mrożony	12g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	5g	SEL
		Jaja	25g	J
		Mąka pszenna	85g	G
Surówka z marchewki i jabłka DIETA 1, 2, 6	BO	Twaróg biały	70g	M
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	25g	SEL
		Jaja	3g	J
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Filet drobiowy	100g	-
		Kasza jęczmienna	70g	G
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew	80g	-
		Jabłko	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Marchew	100g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Jabłko świeże	50g	-
		Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Pomarańcza(połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza (połówka)	120g	-
KOLACJA Twarożek z makrelą, ogórek kiszony, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	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	10g	-
		Twaróg biały	50g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Makrela wędzona	20g	R
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Ogórek kiszony	15g	-
		Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2164,88kcal/W=301,70g/T=64,50g/B=92,86g/Kw.Tł.Nasy.=30,44g/Cukry=88,04g/S=6,30g/Bl.=24,30g

Sporządził:

Zatwierdził:

17.04.2024r.

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=2164,88kcal/W=301,70g/T=64,50g/B=92,86g/Kw.Tł.Nasy.=30,44g/Cukry=88,04g/S=6,30g/Bl.=24,30g

Sporządził:

Zatwierdził: