

29.04.2024r.

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 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	-
		Zakwas barszczu białego	30g	G
Filety z makreli w sosie pomidorowym, mix sałat, chleb graham, masło, herbata DIETA 6	G G	Mąka pszenna	30g	G
		Śmietana 12%	3g	M
		Jaja	25g	J
		Kiełbasa wieprzowa	30g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
		Mix sałat	10g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3,4	G G	Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	15g/ 400ml	M
		Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
II ŚNIADANIE Owsianka z truskawką i bananem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Płatki owsiane	30g	G
		Truskawka mrożona	30g	-
		Banan świeży	20g	-
		Budyń- DIETA 6 (bez cukru)	G	Cukier
		Budyń	13g	-
OBIAD Krupnik z jarzynami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kość , wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Pierogi ruskie DIETA 1,2	G	Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Kasza jęczmienna	30g	G
Mięso drobiowe DIETA 3, 4, 6, 12, 14	D	Kalafior mrożony	12g	SEL
		Fasolka mrożona	5g	SEL
		Ziemniaki	100g	-
		Mąka pszenna	70g	G
		Jaja	5g	J
Ziemniaki DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	250g	-
		Cebula	5g	-
		Twaróg biały	40g	M
		Filet drobiowy	100g	-
Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem DIETA 1, 2, 6	BO	Włoszczyzna	25g	SEL
		Marchew	80g	-
		Jabłko	30g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt grecki	15g	M
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	8g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubyzyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Pomarańcza DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza (połówka)	120g	-
KOLACJA Pasta z mięsa z warzywami, pomidor, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2, 6	PI 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	-
		Filet drobiowy	60g	-
Pasta z mięsa z warzywami, chleb, masło, bawarka DIETA 3, 4	PI G	Włoszczyzna	30g	SEL
		Marchew	15g	-
		Seler	5g	SEL
		Olej	7g	-
		Pomidor	50g	-
Zupa mleczna z ryżem brązowym, Chleb, Masło, Herbata DIETA 12, 14	G G	Ryż brązowy	30g	-
		Mleko 2%	400ml/100ml	M
		Herbata	230ml/130ml	-

E=2293,11kcal /W=331,85g/T=71,34g/B=84,14g/Kw.Tl.Nasy.=29,35g/Cukry=72,58g/S=4,16g/Bl.=27,44g

Sporządził:

Zatwierdził:

29.04.2024r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

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=2293,11kcal /W=331,85g/T=71,34g/B=84,14g/Kw.Tł.Nasy.=29,35g/Cukry=72,58g/S=4,16g/Bl.=27,44g

Sporządził:

Zatwierdził: