

30.04.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 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	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
Szynka drobiowa, papryka czerwona, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G	Papryka czerwona	50g	-
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14	G	Szpinak mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	60ml	-
		Jabłko	50g	-
		Banan	30g	-
Kisiel DIETA 3, 4, 6(bez cukru)	G	Kisiel	13g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa koperkowa z lanym ciastem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5ml	-
Kotlet schabowy DIETA 1	S	Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składniokowa	25g	SEL
Schab wieprzowy duszony w jarzynach DIETA 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Seler	5g	SEL
		Koper świeży	5g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	15g	J
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Schab wieprzowy	100g	-
		Jaja	10g	J
		Bułka pszenna, czerstwa	25g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Włoszczyzna	25g	SEL
Surówka z kapusty białej DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Kapusta biała, świeża	80g	-
		Jabłko	30g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew	10g	-
		Olej	5ml	-
		Marchew, świeża	100g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Jabłko	50g	-
		Cukier	8g	-
		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, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny DIETA 3, 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Paprykarz z makrelą w sosie pomidorowym z warzywami, 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	8g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
Twarożek, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Ryż biały	25g	-
		Marchew	10g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Twaróg biały	70g	M
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Śmietana 12%	5g	M
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2313,85kcal/W=331,45g/T=68,27/B=95,05g/Kw.Tł.Nasy.=31,24g/Cukry=95,11/S=4,40g/Bl.=23,69g

Sporządził:

Zatwierdził:

30.04.2024r.

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=2313,85kcal/W=331,45g/T=68,27/B=95,05g/Kw.Tł.Nasy.=31,24g/Cukry=95,11/S=4,40g/Bl.=23,69g

Sporządził:

Zatwierdził: