

01.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka z indyka, mix sałat, chleb, masło, kawa zbożowa 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	-
		Mix sałat	10g	-
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 12,14	G	Kawa zbożowa	5g	G
	G	Mleko 2%	230ml	M
		Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Budyń+ biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Budyń	13g	G
		Mleko 2%	200ml	M
		Biszkopty	12g	G, J
OBIAD Zupa dyniowa z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cukier	5g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	13g	M
		Mleko 2%	10g	M
Zapiekanka z makaronem pełnoziarnistym z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 6	G PA	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
Zapiekanka z makaronem pszennym z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 3, 4, 12, 14	G PA	Seler	5g	SEL
		Dynia mrożona, kostka	60g	SEL
		Ziemniaki	130g	-
		Makaron pszenny, świderki	70g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	70g	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	100g	-
		Koper, świeży	5g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12,14	G	Truskawka mrożona	50g	-
		Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko	150g	-
KOLACJA Sałatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2 (bez papryki), 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	-
		Ogórek kiszony	12g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Pomidor	10g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Olej	7g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2174,66kcal /W=303,82g/T=64,03g/B=90,03g/Kw.Tl.Nasy.=27,37g/Cukry=89,67g/S=5,85g/Bl.=24,88g

Sporządził:

Zatwierdził:

01.06.2024r.

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=2174,66kcal /W=303,82g/T=64,03g/B=90,03g/Kw.Tł.Nasy.=27,37g/Cukry=89,67g/S=5,85g/Bl.=24,88g

Sporządził:

Zatwierdził: