

03.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą manną, chleb/bulka, 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
		Bulka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	8g	-
Szynka drobiowa, chleb/ bulka, masło, bawarka DIETA 3, 4	G	Szynka drobiowa	70g	
		Rukola	10g	
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
Szynka drobiowa, rukola, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G	Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Sok owocowy	330ml	-
Budyń (bez cukru) DIETA 6	G	Budyń	15g	-
		Mleko 2%	200ml	M
OBIAD Zupa krem z buraczków z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	10ml	M
		Seler	5g	SEL
Sos potrawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
Kasza gryczana DIETA 1, 2, 6	G	Mąka pszenna	5g	G
		Buraki świeże	80g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Serek topiony	1g	M
		Śmietanka 30%	5ml	M
Kasza jaglana DIETA 3, 4, 12, 14	G	Cebula świeża	2g	-
		Bulka pszenna , czerstwa	25g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Filet drobiowy	100g	-
		Marchew	15g	-
		Kasza gryczana	60g	G
		Kasza jaglana	60g	-
Surówka z kapusty białej DIETA 1, 2, 6	BO	Kapusta biała, świeża	70g	-
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko, świeże	15g	-
		Jogurt grecki	15g	M
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew, mrożona, kostka	100g	SEL
		Jabłko świeże	50g	-
		Cukier	8g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem 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, GOR
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza (połówka)	120g	-
KOLACJA Filety z makreli w sosie pomidorowym, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bulka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	8g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Kakao	1g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2246,39kcal /W=328,19g/T=64,59g/B=85,53g/Kw.Tl.Nasy.=29,3g/Cukry=114,77g/S=4,28g/Bl.=24,56g

Sporządził:

Zatwierdził:

03.06.2024r.

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=2246,39kcal /W=328,19g/T=64,59g/B=85,53g/Kw.Tł.Nasy.=29,3g/Cukry=114,77g/S=4,28g/Bl.=24,56g

Sporządził:

Zatwierdził: