

04.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser żółty, sałata zielona, chleb, masło, bawarka DIETA 1	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	-
Pasta z jajka, sałata zielona, chleb, masło, bawarka DIETA 2, 6	G	Ser żółty	50g	M
	G	Sałata zielona	15g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kasza kuskus	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Kisiel z jabłkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12, 14	G	Kisiel	15g	-
		Jabłko	30g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa grochowa z ryżem białym DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
Zupa jarzynowa z ryżem białym DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Kalafior mrożony	15g	SEL
Spaghetti z mięsem mieszanym i makaronem pełnoziarnistym DIETA 1, 2, 6	D	Groch, połówki	10g	-
	G	Seler	5g	SEL
		Ryż biały	30g	-
		Marchew	30g	-
Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
	D	Koncentrat pomidorowy	12g	-
		Filet drobiowy	50g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
		Makaron pełnoziarnisty, spaghetti	60g	G
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12, 14	G	Makaron pszenny, świderki	60g	G
		Filet drobiowy	100g	-
		Mieszanka owocowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan	120g	-
KOLACJA Galareta drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
		Udko drobiowe	30g	-
		Filet drobiowy	20g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	4g	SEL
		Marchew, świeża	10g	-
		Natka pietruszki, liście	1g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Włoszczyzna	20g	SEL
		Groszek konserwowy	5g	-
		Żelatyna	12g	-
		Sałata lodowa, świeża	15g	-
		Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2243,73kcal /W=307,41g/T=72,50g/B=87,17g/Kw.Tl.Nasy.=32,44g/Cukry=89,01g/S=5,52g/Bl.=23,35g

Sporządził:

Zatwierdził:

04.06.2024r.

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=2243,73kcal /W=307,41g/T=72,50g/B=87,17g/Kw.Tł.Nasy.=32,44g/Cukry=89,01g/S=5,52g/Bl.=23,35g

Sporządził:

Zatwierdził: