

10.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser topiony, jajko gotowane, pomidor, chleb, masło, herbata DIETA 1	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	-
2 jajka w dipie zielonym, pomidor, chleb, masło, herbata DIETA 2, 6	G G	Ser topiony	50g	M
		Jaja	50g/100g	J
		Pomidor	50g	-
		Szczypior świeży/ Koper świeży	1g/ 1g	-/-
		Śmietana 12%	10g	M
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Jogurt grecki	20g	M
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt z owsianką DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt z owsianką	200g	M
Jogurt naturalny- DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa pomidorowa z makaronem nitki i soczewicą czerwoną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200 ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
Zupa jarzynowa z makaronem nitki DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Pierogi z serem i szpinakiem DIETA 1, 2	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	10g	-
Mięso drobiowe z warzywami DIETA 3, 4, 6, 12, 14	D PA	Makaron pszenny, nitki	25g	G
		Soczewica czerwona	10g	-
		Mąka pszenna	65g	G
Ziemniaki DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Twaróg biały	70g	M
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	25g	SEL
		Jaja	3g	J
Surówka z marchewki i jabłka DIETA 1, 2, 6	BO	Włoszczyzna	25g	SEL
		Filet drobiowy	100g	-
		Ziemianki	250g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew	80g	-
		Jabłko	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	100g	SEL
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Jabłko świeże	50g	-
		Cukier	8g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Pomarańcza (połówka)	120g	-
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO			
KOLACJA Szynka drobiowa, mix салат, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4, 6	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
		Mix салат	10g	-
		Kawa inka	2g	G
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Mleko 2%	230ml	M
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2303,19kcal/W=327,83g/T=69,23g/B=91,32g/Kw.Tł.Nasy.=34,82g/Cukry=90,56g/S=6,66g/Bl.=24,59g

Sporządził:

Zatwierdził:

10.06.2024r.

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=2303,19kcal/W=327,83g/T=69,23g/B=91,32g/Kw.Tł.Nasy.=34,82g/Cukry=90,56g/S=6,66g/Bl.=24,59g

Sporządził:

Zatwierdził: