

15.05.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Twarożek z ogórkiem kiszonym i koperkiem, chleb, masło, bawarka 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	10g	-
		Twaróg biały	70g	M
Twarożek, chleb/bułka, masło, bawarka DIETA 3,4	G	Śmietana 12%	5g	M
		Ogórek kiszony	10g	
		Koper świeży	1g	
		Mleko 2%	100ml	M
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Herbata	130ml	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14	BO	Szpinak mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	50ml	-
		Jabłko	50g	-
		Banan	30g	-
Kisiel- DIETA 3, 4, 6 (bez cukru)	BO	Kisiel	13g	G
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa ziemniaczana z soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	15g	M
		Mleko 2%	15g	M
Zupa ziemniaczana DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5ml	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
Naleśniki z serem i dżemem owocowym DIETA 1, 2	S	Soczewica zielona	10g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Seler	5g	SEL
		Mleko 2%	150ml	M
		Jaja	10g	J
Makaron pszenny z serem białym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mąka pszenna	70g	G
		Olej	7ml	-
	D	Cukier	5g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
Makaron pełnoziarnisty z serem białym DIETA 6	G	Makaron pszenny, świderki	100g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
	D	Twaróg biały	70g	M
		Dżem owocowy	50g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubezyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko	150g	-
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	10g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Ryż biały	30g	-
		Marchew	10g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Seler	5g	SEL
		Płatki kukurydziane	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2241,27kcal/W=328,67g/T=65,76g/B=80,13g/Kw.Tł.Nasy.=30,18g/Cukry=101,29g/S=3,96g/Bł.=23,02g

Sporządził:

Zatwierdził:

15.05.2024r.

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=2241,27kcal/W=328,67g/T=65,76g/B=80,13g/Kw.Tł.Nasy.=30,18g/Cukry=101,29g/S=3,96g/Bl.=23,02g

Sporządził:

Zatwierdził: