

16.05.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK I POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Sałatka z rukolą i pomidorami suszonymi, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 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	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Rukola	5g	-
		Olej	7ml	-
		Szynka wieprzowa	50g	-
		Makaron pszenny, świderki	30g	G
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Pomidor suszony, w oleju	10g	-
		Słonecznik łuskany	5g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Jaglanka z brzoskwinia, bananem i cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Kasza jaglana	30g	G
		Brzoskwinia w syropie	12g	-
		Banan	24g	-
Budyń- DIETA 6 (bez cukru)	G	Cynamon	1g	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Budyń	15g	-
OBIAD Zupa koperkowa z kostką grysikową DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cukier	5g	-
		Kości , wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
Gulasz z indyka z warzywami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Ryż brązowy DIETA 1, 2, 6	G	Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Koper świeży	5g	-
		Kasza manna	30g	G
Ryż biały DIETA 3, 4, 12, 14	G	Filet z indyka	100g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Ryż brązowy	70g	-
Marchew gotowana DIETA 3, 4, 12, 14 ½- 1, 2, 6	G	Ryż biały	70g	-
		Marchew mrożona, kostka	60g	SEL
Brokuł gotowany DIETA ½- 1, 2, 6	G	Brokuł, mrożony	60g	SEL
		Marchew mrożona, kostka	100g	SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12,14	G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	8g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan	120g	-
KOLACJA Szynka drobiowa, sałata zielona, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 6, 3, 4	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
		Sałata zielona	10g	-
		Kakao	1g	G
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Mleko 2%	230ml	M
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2310,76kcal /W=327,08g/T=67,06g/B=96,68g/Kw.Tl.Nasy.=26,29g/Cukry=83,26g/S=6,22g/Bł.=22,84g

Sporządził:

Zatwierdził:

16.05.2024r.

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=2310,76kcal /W=327,08g/T=67,06g/B=96,68g/Kw.Tł.Nasy.=26,29g/Cukry=83,26g/S=6,22g/Bl.=22,84g
--

Sporządził: _____ Zatwierdził: _____