

18.05.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14	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	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Mix sałat	35g	-
Szynka drobiowa, mix sałat, chleb, masło, bawarka DIETA 3, 4, 6	G	Herbata	130ml	-
	G	Mleko 2%	100ml	M
	G	Kasza kuskus	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Owsianka z anansem i wiórkami kokosowymi DIETA 1, 2	G	Herbata	230ml	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	200ml	M
		Ananas w syropie	15g	-
		Wiórki kokosowe	2g	-
Budyń DIETA 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	5g	-
OBIAD Zupa ogórkowa z ryżem białym DIETA 1, 2, 6	G	Budyń	13g	G
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
Zupa jarzynowa z ryżem białym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
Zapiekanka z makaronem pełnoziarnistym, jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G PA	Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Ogórek kiszony	35g	-
		Ryż biały	30g	-
		Seler	5g	SEL
Zapiekanka z makaronem pszennym, jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G PA	Makaron pełnoziarnisty, świderki	70g	G
		Makaron pszenny, świderki	70g	G
		Brokuł, mrożony	30g	SEL
		Marchew	30g	-
		Kalafior, mrożony	30g	SEL
Sos koperkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mieszanka 7-składnikowa	50g	SEL
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	25g	SEL
		Filet drobiowy	100g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12,14	G	Koper, świeży	5g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Pomarańcza (połówka)	120g	-
KOLACJA Salatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym, 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	-
		Kapusta pekińska	30g	-
		Filet drobiowy	30g	-
		Papryka czerwona	10g	-
		Ogórek kiszony	12g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Pomidor	10g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Olej	7g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2230,07kcal /W=314,47g/T=65,50g/B=92,07g/Kw.Tl.Nasy.=27,79g/Cukry=89,09g/S=4,88g/Bl.=28,56g

Sporządził:

Zatwierdził:

18.05.2024r.

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 posilków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2230,07kcal /W=314,47g/T=65,50g/B=92,07g/Kw.Tł.Nasy.=27,79g/Cukry=89,09g/S=4,88g/Bl.=28,56g

Sporządził:

Zatwierdził: