

19.05.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2	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	10g	-
		Zakwas barszczu białego	30g	G
Konserwa rybna, sałata lodowa, chleb graham, masło, herbata DIETA 6	G	Mąka pszenna	20g	G
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Jaja	25g	J
		Kielbasa	30g	-
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Makrela w sosie pomidorowym	50g	R
		Salata lodowa	35g	-
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Jogurt naturalny	200ml	M
		Truskawka, mrożona	50g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Rosół z lanym ciastem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości , wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
Roladki z marchewką w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Pietruszka korzeń	10g	-
		Seler	5g	-
		Cebula	2g	-
		Mąka pszenna	30g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	10g	J
		Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
Surówka z kapusty białej DIETA 1, 2, 6	BO	Kapusta biała	70g	-
		Marchew	20g	-
		Jabłko	25g	-
		Jogurt grecki	10ml	M
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna mrożona	100g	SEL
		Jabłko	50g	-
		Cukier	10g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan	120g	-
KOLACJA Pasta z sera białego i szpianku, chleb, masło, kawa zbożowa 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	10g	-
		Twaróg biały	60g	M
Twarożek, chleb/bułka, masło, kawa zbożowa DIETA 3, 4		Śmietana 12%	5g	M
		Szpinak, mrożony	12g	SEL
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kawa zbożowa	5g	G
		Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2183,87kcal /W=303,93g/T=65,36g/B=95,45g/Kw.Tl.Nasy.=30,96g/Cukry=85,47g/S=4,26g/Bl.=23,26g

Sporządził:

Zatwierdził:

19.05.2024r.

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=2183,87kcal /W=303,93g/T=65,36g/B=95,45g/Kw.Tł.Nasy.=30,96g/Cukry=85,47g/S=4,26g/Bl.=23,26g

Sporządził:

Zatwierdził: