

21.05.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Twarożek ze szczypiorkiem, rzodkiewka, chleb, masło, kawa inka 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	70g	M
Twarożek, chleb/ bułka, masło, kawa inka DIETA 3, 4	G	Śmietana 12%	5g	M
		Szczypior świeży	1g	-
		Rzodkiewka świeża	15g	-
		Kawa inka	2g	G
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Mleko 2%	230ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń + biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	BO	Budyń	15g	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Cukier	3g	-
		Biszkopty	12g	J, G
OBIAD Zupa brokułowa z kaszą jaglaną DIETA 1, 6	G	Kości , wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	13g	M
		Mleko 2%	15g	M
Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	15g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Indyk z warzywami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D PA	Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Brokuł mrożony	60g	SEL
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kasza jaglana	30g	-
		Filet z indyka	100g	-
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
Ćwikła DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G G	Ziemniaki	250g	-
		Buraki	80g	-
		Jabłko	25g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Truskawka, mrożona	50g	-
		Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko	150g	-
KOLACJA Szynka wieprzowa, ogórek kiszony, 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	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
		Ogórek kiszony	25g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2120,9kcal/W=290,47g/T=64,63g/B=95,06g/Kw. Tł. Nasy.=29,13g/Cukry=86,96g/S=5,23g/Bł.=23,45g

Sporządził:

Zatwierdził:

21.05.2024r.

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=2120,9kcal/W=290,47g/T=64,63g/B=95,06g/Kw. Tł. Nasy.=29,13g/Cukry=86,96g/S=5,23g/Bl.=23,45g

Sporządził:

Zatwierdził: