

24.05.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser topiony, jajko gotowane, papryka czerwona, chleb, masło, herbata DIETA 1	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	-
Pasta z jajka z koperkiem, rzodkiewka, chleb, masło, herbata DIETA 2, 6	G	Jaja	50g	J
		Papryka czerwona	30g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Koper świeży	1g	-
		Rzodkiewka	15g	-
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4	G	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
Budyń - 6(bez cukru), 12, 14	G	Syrop owocowy	15ml	-
		Budyń	13g	-
OBIAD Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną DIETA 1, 6	G	Cukier	5g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	8g	M
Zupa jarzynowa z kaszą jęczmienną DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
Pulpety rybne DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D PA	Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Kalafior mrożony	60g	SEL
		Kasza jęczmienna, średnia	30g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Miruna, bez skóry	100g	R
		Bułka pszenna, czerstwa	10g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	5g	J
Surówka z kapusty czerwonej DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Kapusta czerwona	70g	-
		Jabłko	20g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew	15g	-
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	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 świeże	150g	-
KOLACJA Hummus z suszonymi pomidorami, pomidor, chleb, masło, kakao DIETA 1, 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	-
		Sezam, ziarna	10g	SEZ
		Olej	3ml	-
Twarożek, chleb/ bułka, masło, kakao DIETA 2(+ pomidor), 3, 4	G	Ciecierzycza	48g	-
		Pomidory suszone w oleju	10g	-
		Pomidor	50g	-
Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Kakao	1g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Makaron nitki	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2404,6kcal /W=325,76g/T=74,91g/B=83,9g/Kw.Tl.Nasy.=30,88g/Cukry=103,04g/S=5,12g/Bl.=31,21g

Sporządził:

Zatwierdził:

24.05.2024r.

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=2404,6kcal /W=325,76g/T=74,91g/B=83,9g/Kw.Tł.Nasy.=30,88g/Cukry=103,04g/S=5,12g/Bl.=31,21g

Sporządził:

Zatwierdził: