

26.05.2024r.

| RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY | SPOSÓB OBRÓBK POSILKU | SKŁAD POSILKU | | ALERGENY |
|--|-----------------------------|--|-------------|------------------------------|
| ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14 | 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 | - |
| Konserwa rybna, chleb graham, masło, bawarka DIETA 6 | G G | Zakwas barszczu białego | 30g | G |
| | | Mąka pszenna | 30g | G |
| | | Mleko 2% | 15g | M |
| | | Śmietana 12% | 3g | M |
| | | Jaja | 25g | J |
| | | Kielbasa wieprzowa | 30g | - |
| Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3,4 | G G | Filety z makreli w sosie pomidorowym | 50g | R |
| | | Kasza jagłana | 30g | - |
| | | Mleko 2% | 400ml/100ml | M |
| | | Herbata | 230ml/130ml | - |
| II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14 | BO | Szpinak mrożony | 25g | SEL |
| | | Sok pomarańczowy | 50ml | - |
| | | Jabłko | 50g | - |
| | | Banan | 30g | - |
| Budyń DIETA 3, 4, 6 (bez cukru) | BO | Budyń | 13g | - |
| | | Mleko 2% | 200ml | M |
| | | Cukier | 3g | - |
| OBIAD Rosół z makaronem nitki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14 | G | Kości, wywar | 400ml | - |
| | | Masło 82% | 10g | M |
| | | Olej | 5ml | - |
| | | Mąka pszenna | 15g | G |
| Bitki wołowe w sosie własnym DIETA 1, 2, 6 | D | Włoszczyzna | 25g | SEL |
| | | Śmietana 12% | 5g | M |
| | | | | |
| Bitki drobiowe w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14 | D | Marchew | 25g | - |
| | | Pietruszka | 15g | - |
| | | Seler | 5g | SEL |
| | | | | |
| Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14 | G | Makaron nitki | 25g | G |
| | | Wołowina | 100g | - |
| | | Filet drobiowy | 100g | - |
| | | Włoszczyzna | 25g | SEL |
| Surówka z kapusty pekińskiej DIETA 1, 2, 6 | BO | Kasza jęczmienna | 70g | G |
| | | Kapusta pekińska | 70g | - |
| | | Marchew świeża | 15g | - |
| | | Jabłko świeże | 25g | - |
| Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14 | G | Jogurt grecki | 15g | M |
| | | Truskawka mrożona | 50g | - |
| | | Cukier | 10g | - |
| Kompot truskawkowy 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 Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14 | BO | Serek homogenizowany | 150g | M |
| Jogurt naturalny- DIETA 6 | BO | Jogurt naturalny | 150g | M |
| KOLACJA Salatka z rukolą, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2, 6 | D 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 | - |
| | | Rukola | 5g | - |
| Twarożek, chleb/bułka, masło, bawarka DIETA 3, 4 | G | Olej | 7ml | - |
| | | Filet drobiowy | 50g | - |
| | | Makaron pszenny, świderki | 30g | G |
| | | Pomidor | 30g | - |
| | | Twaróg biały | 70g | G |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14 | G G | Śmietana 12% | 5g | M |
| | | Herbata | 130ml | - |
| | | Mleko 2% | 100ml | M |
| | | Płatki owsiane | 30g | G |
| | | Mleko 2% | 400ml | M |
| | | Herbata | 230ml | - |

E=2277,08kcal /W=309,77g/T=74,9g/B=92,93g/Kw.Tl.Nasy.=34,32g/Cukry=82,79g/S=3,85g/Bl.=21,34g

Sporządził:

Zatwierdził:

26.05.2024r.

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=2277,08kcal /W=309,77g/T=74,9g/B=92,93g/Kw.Tł.Nasy.=34,32g/Cukry=82,79g/S=3,85g/Bl.=21,34g

Sporządził:

Zatwierdził: