

30.05.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Paszтет drobiowy, pomidor, 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	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Paszтет drobiowy	70g	G, J
	G	Pomidor	50g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Koktajl truskawkowo-bananowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Herbata	230ml	-
		Jogurt naturalny	150ml	M
		Truskawka mrożona	50g	-
		Banan świeży	25g	-
OBIAD Zupa jarzynowa z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cukier	5g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	14g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10ml	-
Pulpety w sosie koperkowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Ziemniaki	130g	-
Kasza bulgur DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kalafior mrożony	15g	SEL
		Brokuł mrożony	15g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	7g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Filet drobiowy	70g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
Surówka z kapusty białej DIETA 1, 2, 6	G	Bułka pszenna, czerstwa	20g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	5g	J
		Kasza bulgur	70g	G
		Koper świeży	5g	-
		Kapusta biała	70g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew	15g/100g	-
		Jabłko	25g	-
		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]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza (połówka)	120g	-
KOLACJA Szynka wieprzowa, sałata zielona, chleb, masło, kawa inka 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 drobiowa, sałata zielona, chleb/bułka, masło, kawa inka DIETA	G	Szynka wieprzowa	70g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Salata zielona	10g	-
		Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Ryż biały	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2172,99kcal /W=291,55g/T=67,26g/B=96,38g/Kw.Tl.Nasy.=30,99g/Cukry=80,80g/S=6,05g/Bl.=27,68g

Sporządził:

Zatwierdził:

30.05.2024r.

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=2172,99kcal /W=291,55g/T=67,26g/B=96,38g/Kw.Tł.Nasy.=30,99g/Cukry=80,80g/S=6,05g/Bl.=27,68g

Sporządził:

Zatwierdził: