

31.05.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE 2 jajka na miękko z dipem ziołowym, ogórek kiszony, chleb, masło, herbata 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	8g	-
		Jaja	100g	J
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Jogurt grecki	30ml	M
		Koper świeży	1g	-
		Szczypior świeży	1g	-
		Ogórek kiszony	15g	-
		Kasza manna	30g	M
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		
II ŚNIADANIE Jogurt z owsianką DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt z owsianką	200g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa krupnik z jarzynami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
Ryba duszona w jarzynie DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D PA	Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Fasolka szparagowa, mrożona	12g	SEL
		Kalafior, mrożony	12g	SEL
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Miruna, bez skóry	100g	R
		Włoszczyzna	10g	SEL
Surówka z kapusty kiszonej DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Kapusta kiszona	80g	-
		Jabłko	20g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew	10g	-
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	100g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan	120g	-
KOLACJA Drożdżówka z budyniem, rabarborem i kruszonką, plaster sera białego, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2	PI G	Chleb pszenny	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
		Mąka pszenna	60g/10g	G
Twarożek, mix салат, chleb/bułka, masło, bawarka DIETA 3, 4, 6	G	Drożdże, instant	1g	G
		Mleko 2%	30ml/50ml	M
		Cukier	5g/2g/2g/5g	-
		Masło 82%	5g/ 6g	M
		Jaja	7g	J
		Cukier wanilinowy	2g	-
Zupa mleczna z płatkami osianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Rabarbar świeży	40g	-
		Budyń	7g	-
		Twaróg biały	70g/ 30g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Mix салат	10g	-
		Płatki owsiane	30g	G
Mleko 2%	400ml/100ml	M		
Herbata	230ml/130ml	-		

E=2257,76kcal /W=326,3g/T=69,72g/B=81,99g/Kw.Tl.Nasy.=33,61g/Cukry=102,78g/S=4,02g/Bl.=23,09g

Sporządził:

Zatwierdził:

31.05.2024r.

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=2257,76kcal /W=326,3g/T=69,72g/B=81,99g/Kw.Tł.Nasy.=33,61g/Cukry=102,78g/S=4,02g/Bl.=23,09g

Sporządził:

Zatwierdził: