

12.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 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	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
		Rukola	10g	-
Szynka wieprzowa, rukola, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G G	Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Owsianka z ananase i brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Ananas w syropie	10g	-
Jogurt naturalny- DIETA 6	G	Brzoskwinia w syropie	13g	-
		Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa gulaszowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	2g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5ml	-
Zupa ziemniaczana DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Filet z piersi kurczaka	40g	-
		Soczewica czerwona	10g	-
Naleśniki z serem i jabłkiem DIETA 1, 2	S	Ziemiaki	130g	-
		Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Mleko 2%	150ml	M
		Jaja	10g	J
Makaron pszenny z serem białym i musem jabłkowym słodzonym DIETA 3, 4, 12, 14	G D	Mąka pszenna	50g	G
		Olej	5ml	-
		Cukier	5g	-
Makaron pełnoziarnisty z serem białym i musem jabłkowym niesłodzonym DIETA 6	G D	Cukier wanilinowy	1g	-
		Makaron pszenny, świderki	100g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Twaróg biały	60g	M
		Jabłko, świeże	100g	-
Kompot truskawkowo-rabarbarowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Truskawka, mrożona	30g	-
		Rabarbar świeży	20g	-
		Cukier	8g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan, świeży	120g	-
KOLACJA Pasta z mięsa z warzywami, ogórek kiszony, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	PI 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	-
		Filet drobiowy	50g	-
		Włoszczyzna	30g	SEL
		Marchew	15g	-
		Seler	5g	SEL
		Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Olej
Ogórek kiszony	20g			-
Płatki kukurydziane	30g			G
Mleko 2%	400ml			M
		Herbata	230ml	-

E=2270,21kcal/W=330,73g/T=65,66g/B=92,83g/Kw.Tł.Nasy.=26,60g/Cukry=99,26g/S=3,92g/Bł.=22,64g

Sporządził:

Zatwierdził:

12.06.2024r.

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=2270,21kcal/W=330,73g/T=65,66g/B=92,83g/Kw.Tł.Nasy.=26,60g/Cukry=99,26g/S=3,92g/Bl.=22,64g

Sporządził:

Zatwierdził: