

15.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka wieprzowa, pomidor, chleb, masło, bawarka 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, chleb/ bułka, masło, bawarka DIETA 3, 4	G	Szynka wieprzowa	70g	-
		Szynka drobiowa	70g	-
		Pomidor	50g	-
		Mleko 2%	100ml	M
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Herbata	130ml	-
	G	Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt owocowy	125g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa pomidorowa z ryżem białym DIETA 1, 2, 6	G	Kości , wywar	200 ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	12g	M
Zupa jarzynowa z ryżem białym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
Kotleciki z jajek DIETA 1, 2, 6	PI	Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
	PA	Koncentrat pomidorowy 30%	10g	-
		Ryż biały	30g	-
Mięso drobiowe duszone DIETA 3, 4, 12, 14	D	Bułka czerstwa	10g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	100g	J
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Filet drobiowy	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
Marchew z groszkiem na ciepło DIETA 1, 2, 6	G	Marchew mrożona, kostka	100g	SEL
		Groszek konserwowy	10g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		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 Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko	150g	-
KOLACJA Sałatka brokułowa i mięsem drobiowym z pestkami dyni i słonecznika, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2 (bez papryki), 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	-
		Brokuł, mrożony	50g	SEL
		Papryka czerwona	30g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Pomidor	30g	-
		Jaja	25g	J
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt grecki	20ml	M
		Mięso z piersi kurczaka	30g	-
		Słonecznik	2g	-
		Pestki z dyni	2g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2027,50kcal /W=277,35g/T=65,24g/B=81,02g/Kw.Tl.Nasy.=28,91g/Cukry=83,66g/S=5,26g/Bl.=24,68g

Sporządził:

Zatwierdził:

15.06.2024r.

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=2027,50kcal /W=277,35g/T=65,24g/B=81,02g/Kw.Tł.Nasy.=28,91g/Cukry=83,66g/S=5,26g/Bl.=24,68g

Sporządził:

Zatwierdził: