

16.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Dżem owocowy, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 3, 4	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	10g	-
		Dżem owocowy	50g	-
Pasta z jajka, papryka czerwona, chleb graham, masło, kawa zbożowa DIETA 6	G	Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
		Papryka czerwona	20g	-
		Kawa zbożowa	1g	G
Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 12,14	G G	Mleko 2%	230ml	M
		Makaron pszenny, nitki	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Kisiel z bananem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Kisiel	15g	-
		Banan	30g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Rosół z lanym ciastem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości , wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	10g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	14g	M
		Mleko 2%	15g	M
Bitki z indyka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	15ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Kasza bulgur DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Filet z indyka	100g	-
Surówka z kapusty włoskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Kasza bulgur	60g	G
		Kapusta włoska	80g	-
		Marchew	20g	-
		Jabłko	15g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt grecki	10ml	M
		Włoszczyzna, mrożona	100g	-
		Jabłko, świeże	50g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem 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, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK 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
KOLACJA Pasta z sera białego i szpianku, rzodkiewka, 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	10g	-
		Twaróg biały	60g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Szpinak, mrożony	12g	SEL
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Rzodkiewka	10g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2089,92kcal /W=286,9g/T=64,44g/B=83,44g/Kw.Tl.Nasy.=30,51g/Cukry=101,83g/S=3,46g/Bl.=20,84g

Sporządził:

Zatwierdził:

16.06.2024r.

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=2089,92kcal /W=286,9g/T=64,44g/B=83,44g/Kw.Tł.Nasy.=30,51g/Cukry=101,83g/S=3,46g/Bl.=20,84g

Sporządził:

Zatwierdził: