

17.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Zupa mleczna z platkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 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 drobiowa	70g	SOJ, M
		Sałata zielona	35g	-
Szynka drobiowa, sałata zielona, chleb, masło, bawarka DIETA 3, 4, 6	G	Platki owsiane	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12,14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Syrop owocowy	15ml	-
Budyń -DIETA 6 (bez cukru)	G	Budyń	15g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Barszcz czerwony z jajkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Pierogi ruskie DIETA 1, 2	G	Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Buraki	50g	-
Mięso drobiowe z jarzynami DIETA 3, 4, 6, 12, 14	D	Koncentrat buraczany	4ml	-
		Jaja	25g	J
		Ziemniaki	100g	-
Ziemniaki DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Mąka pszenna	60g	G
		Jaja	5g	J
		Ziemniaki	250g	-
		Cebula	5g	-
		Twaróg biały	40g	M
Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem DIETA 1, 2, 6	BO	Filet drobiowy	100g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Marchew	80g	-
		Jabłko	30g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	D	Jogurt grecki	15g	M
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	8g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Arbuz DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Arbuz, świeży	120g	-
Jabłko- DIETA 6, 12,14	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Salatka z makaronem ryżowym, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2(bez papryki), 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	-
		Makaron ryżowy	30g	G
		Papryka czerwona	10g	-
		Kukurydza konserwowa	7g	-
		Szynka wieprzowa	30g	-
		Groszek konserwowy	7g	-
		Jogurt grecki	15g	M
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Ogórek kiszony	10g	-
		Śmietana 12%	5g	M
		Jaja	15g	J
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2237,46kcal/W=332,62g/T=65,55g/B=79,68g/Kw.Tł.Nasy.=30,52g/Cukry=94,46g/S=4,57g/Bl.=22,73g

Sporządził:

Zatwierdził:

17.06.2024r.

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 posilków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2237,46kcal/W=332,62g/T=65,55g/B=79,68g/Kw.Tł.Nasy.=30,52g/Cukry=94,46g/S=4,57g/Bl.=22,73g

Sporządził:

Zatwierdził: