

20.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser żółty, jajko gotowane, mix салат, chleb, masło, kakao DIETA 1	G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
	G	Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	8g	-
		Ser żółty	50g	M
Jaja	50g/100g	J		
Jajka w dipie zielonym, mix салат, chleb, masło, kakao DIETA 2, 6	G	Mix салат	10g	-
	G	Jogurt grecki	30g	M
		Szczypior świeży	1g	-
	Koper świeży	1g	-	
	Kakao	1g	G	
	Mleko	230ml	M	
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mąka pszenna	30g	G
	G	Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Sok owocowy	330ml	-
Kisiel (bez cukru) DIETA 6	G	Kisiel	13g	-
OBIAD Zupa krupnik z jarzynami 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
		Olej	5ml	-
Mięso zapiekane DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	PI	Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Kasza jęczmienna	30g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mięso wieprzowe z szynki	70g	-
		Mięso z piersi kurczaka	30g	-
		Bułka pszenna, czerstwa	5g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	3g	J
Salatka zielona z pomidorem i jogurtem DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Salata zielona, świeża	50g	-
		Pomidor, świeży	50g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt grecki	20g	M
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	8g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Szynka drobiowa, rzodkiewka, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 6	PI	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
	G	Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	8g	-
Szynka drobiowa, chleb, masło, kawa inka DIETA 3, 4	PI	Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
	G	Rzodkiewka , świeża	15g	-
		Kawa inka	2g	G
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Ryż brązowy	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2162,04kcal/W=287,83g/T=68,89g/B=96,27g/Kw.Tł.Nasy.=35,64g/Cukry=106,54g/S=6,24g/Bł.=22,03g

Sporządził:

Zatwierdził:

20.06.2024r.

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=2162,04kcal/W=287,83g/T=68,89g/B=96,27g/Kw.Tł.Nasy.=35,64g/Cukry=106,54g/S=6,24g/Bl.=22,03g

Sporządził:

Zatwierdził: