

22.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 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	10g	-
		Szynka z indyka	70g	-
Szynka z indyka, sałata zielona, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G	Sałata zielona	35g	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14	BO	Szpinak rozdrobniony, mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	50ml	-
		Jabłko świeże	50g	-
		Banan świeży	30g	-
Kisiel DIETA 3, 4, 6(bez cukru)	BO	Kisiel	13g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa grochowa z lanym ciastem DIETA 1, 6	G	Kości , wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	15g	M
Zupa jarzynowa z lanym ciastem DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Jajka sadzone DIETA 1, 2, 6	PI PA	Groch, półowki	10g	-
		Mąka pszenna	30g	G
Mięso drobiowe duszone DIETA 3, 4, 12, 14	D	Jaja	10g	J
		Jaja	100g	J
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Filet drobiowy	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
		Buraki	100g	-
Buraczki na ciepło DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jabłko świeże	50g	-
		Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Pomarańcza (półowka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza (półowka)	120g	-
KOLACJA Twarożek z tuńczykiem i szczypiorkiem, pomidor, chleb, masło, kakao 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	-
		Twaróg biały	50g	M
		Tuńczyk w sosie własnym	20g	R
Twarożek, chleb, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Szczypior, świeży	1g	-
		Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	3g	M
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Pomidor	50g	-
		Kakao	1g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2199,67kcal /W=317,54g/T=66,95g/B=84,81g/Kw.Tl.Nasy.=30,15g/Cukry=90,94g/S=4,01g/Bl.=24,62g

Sporządził:

Zatwierdził:

22.06.2024r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

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=2199,67kcal /W=317,54g/T=66,95g/B=84,81g/Kw.Tł.Nasy.=30,15g/Cukry=90,94g/S=4,01g/Bl.=24,62g

Sporządził:

Zatwierdził: