

24.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka wieprzowa, rukola, chleb, masło, herbata 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	8g	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata- DIETA 3, 4, 12,14	G	Rukola	10g	-
	G	Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II SNIADANIE Owsianka z bananem i truskawką DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	200ml	M
		Truskawka mrożona	30g	-
		Banan świeży	20g	-
Jogurt naturalny DIETA 6	G	Cukier	3g	-
		Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa jarzynowa z ziemniakami 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
Pierogi z serem i szpinakiem DIETA 1, 2	D	Śmietana 12%	5g	M
	PA	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	10g	G
Mięso drobiowe z warzywami DIETA 3, 4, 6, 12, 14	D	Włoszczyzna	25g	SEL
	PA	Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Ziemniaki	130g	-
Kasza jęczmienna DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Mąka pszenna	75g	G
		Twaróg biały	70g	M
		Jaja	3g	J
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	25g	SEL
Surówka z marchewki i jabłka DIETA 1, 2, 6	BO	Włoszczyzna	25g	SEL
		Filet drobiowy	100g	-
		Kasza jęczmienna	70g	G
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew	80g	-
		Jabłko	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Włoszczyzna mrożona	100g	SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	8g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan świeży	120g	-
KOLACJA Pasta z mięsa z warzywami, mix салат, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 3, 4, 6	PI 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	-
		Filet drobiowy	60g	-
		Włoszczyzna	30g	SEL
		Marchew	15g	-
		Seler	5g	SEL
		Olej	5g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mix салат	10g	-
	G	Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
	Herbata	230ml	-	

E=2205,85kcal/W=310,29g/T=65,67g/B=94,85g/Kw.Tł. Nasy.=28,79g/Cukry=82,01g/S=4,82g/Bl.=25,63g

Sporządził:

Zatwierdził:

24.06.2024r.

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=2205,85kcal/W=310,29g/T=65,67g/B=94,85g/Kw.Tł. Nasy.=28,79g/Cukry=82,01g/S=4,82g/Bl.=25,63g

Sporządził:

Zatwierdził: