

26.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z makaronem nitki, 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	8g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
Konserwa rybna, sałata lodowa, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G	Sałata lodowa	35g	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Makaron pszenny, nitki	25g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Herbata	230ml	-
		Sok owocowy	330ml	-
Kisiel (bez cukru) DIETA 6	G	Kisiel	15g	-
OBIAD Zupa ziemniaczana z soczewicą zieloną DIETA 1, 6	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
Zupa ziemniaczana DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Naleśniki z serem i dżemem DIETA 1, 2	S	Ziemniaki	130g	-
		Soczewica zielona	10g	-
		Mleko 2%	150ml	M
		Jaja	10g	J
Makaron pszenny z serem białym i musem truskawkowym słodzonym DIETA 3, 4, 12, 14	G D	Mąka pszenna	70g	G
		Twaróg biały	100g	M
		Dżem owocowy	30g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
		Cukier	3g	-
Makaron pełnoziarnisty z serem białym i musem truskawkowym niesłodzonym DIETA 6	G D	Makaron pszenny, świderki	100g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Truskawka, mrożona	100g	-
		Śmietanka 30%	5ml	M
		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, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza (połówka)	120g	-
KOLACJA Paszтет drobiowy, ogórek kiszony, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	8g	-
Twarożek, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Paszтет drobiowy	70g	G, J
		Ogórek kiszony	20g	-
		Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Płatki owsiane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2243,59kcal/W=326,39g/T=65,53g/B=79,90g/Kw.Tł.Nasy.=29,97g/Cukry=117,95g/S=4,72g/Bł.=18,10g

Sporządził:

Zatwierdził:

26.06.2024r.

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=2243,59kcal/W=326,39g/T=65,53g/B=79,90g/Kw.Tł.Nasy.=29,97g/Cukry=117,95g/S=4,72g/Bl.=18,10g

Sporządził:

Zatwierdził: