

27.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka z indyka, sałata zielona, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4, 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	-
		Szynka z indyka	70g	-
		Sałata zielona	35g	-
		Kawa inka	2g	G
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa krem z dyni z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	20g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Gulasz wołowy z warzywami DIETA 1, 2, 6	D	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Dynia kostka, mrożona	100g	-
Gulasz drobiowy z warzywami DIETA 3, 4, 12, 14	D	Pomidory, świeże	30g	-
		Ziemniaki	100g	-
		Cebula	2g	-
		Bułka pszenna, czerstwa	30g	G, SOJ, SEZ, M, J
Kasza bulgur DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ser topiony	1g	M
		Śmietanka 30%	5ml	M
		Wołowina	100g	-
		Filet z piersi kurczaka	100g	-
		Włoszczyzna	10g	SEL
Surówka z kapusty włoskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Kasza bulgur	60g	G
		Kapusta włoska	70g	-
		Jabłko świeże	20g	-
		Marchew świeża	15g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt grecki	15g	M
		Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
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, GOR
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Twarożek ze szczypiorkiem, pomidor, 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	10g	-
		Twaróg biały	60g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Szczypior, świeży	1g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Pomidor świeży	50g	-
	G	Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2182,84kcal /W=283,40g/T=71,46g/B=95,29g/Kw.Tl.Nasy.=35,30g/Cukry=93,49g/S=5,11g/Bl.=25,18g

Sporządził:

Zatwierdził:

27.06.2024r.

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=2182,84kcal /W=283,40g/T=71,46g/B=95,29g/Kw.Tł.Nasy.=35,30g/Cukry=93,49g/S=5,11g/Bl.=25,18g

Sporządził:

Zatwierdził: