

03.07.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 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	-
		Twaróg biały	70g	M
Twarożek, sałata lodowa, chleb/bułka, masło, bawarka DIETA 3, 4, 6	G G	Śmietana 12%	5g	M
		Sałata lodowa	10g	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14	BO	Szpinak mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	70ml	-
		Jabłko	50g	-
		Banan	30g	-
Kisiel- DIETA 3, 4, 6 (bez cukru)	BO	Kisiel	13g	G
		Cukier	3g	-
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
Zupa ziemniaczana DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	20g	G
Makaron pszenny z serem białym i musem truskawkowym słodszym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G D	Włoszczyzna	25g	SEL
		Soczewica zielona	10g	-
		Ziemiaki	70g	-
		Makaron pszenny, świderki	60g	G
Makaron pełnoziarnisty z serem białym z musem truskawkowym niesłodzonym- DIETA 6	G D	Makaron pełnoziarnisty, świderki	60g	G
		Twaróg biały	75g	M
		Truskawka, mrożona	50g	-
		Cukier	3g	-
		Śmietanka 30%	3ml	M
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Jabłko, świeże	50g	-
		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
		Banan, świeży	110g	-
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO			
KOLACJA Paprykarz z makrelą w sosie pomidorowym z warzywami, 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	8g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Ryż biały	30g	-
		Marchew	10g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Seler, korzeń	5g	SEL
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Kakao	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2230,91kcal/W=330,99g/T=64,75g/B=79,60g/Kw.Tł.Nasy.=29,64g/Cukry=99,58g/S=3,87g/Bł.=21,20g

Sporządził:

Zatwierdził:

03.07.2024r.

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=2230,91kcal/W=330,99g/T=64,75g/B=79,60g/Kw.Tł.Nasy.=29,64g/Cukry=99,58g/S=3,87g/Bl.=21,20g

Sporządził:

Zatwierdził: