

06.07.2024r.

| RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY | SPOSÓB OBRÓBK POSILKU | SKŁAD POSILKU | | ALERGENY |
|--|-----------------------------|--|-------|---------------------------|
| ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14 | 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 drobiowa | 70g | SOJ, M |
| | | Mix sałat | 35g | - |
| Szynka drobiowa, mix sałat, chleb, masło, bawarka DIETA 3, 4, 6 | G | Herbata | 130ml | - |
| | G | Mleko 2% | 100ml | M |
| | G | Kasza kuskus | 30g | G |
| | G | Mleko 2% | 400ml | M |
| II ŚNIADANIE Owsianka z ananase i wiórkami kokosowymi DIETA 1, 2 | G | Herbata | 230ml | - |
| | | Płatki owsiane | 30g | G |
| | | Mleko 2% | 200ml | M |
| | | Ananas w syropie | 15g | - |
| Budyń DIETA 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14 | G | Wiórki kokosowe | 2g | - |
| | | Cukier | 3g | - |
| | | Budyń | 13g | G |
| OBIAD Zupa pomidorowa z ryżem białym DIETA 1, 2, 6 | G | Kości, wywar | 200ml | - |
| | | Marchew | 15g | - |
| | | Pietruszka, korzeń | 5g | - |
| | | Seler, korzeń | 5g | SEL |
| Zupa jarzynowa z ryżem białym DIETA 3, 4, 12, 14 | G | Masło 82% | 15g | M |
| | | Mleko 2% | 15g | M |
| | | Śmietana 12% | 5g | M |
| | | Olej | 10g | - |
| Zapiekanka ziemniaczana z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14 | G PA | Mąka pszenna | 20g | G |
| | | Włoszczyzna | 25g | SEL |
| | | Koncentrat pomidorowy | 10g | - |
| | | Ryż biały | 30g | - |
| | | Ziemniaki | 250g | - |
| | | Brokuł, mrożony | 30g | SEL |
| | | Marchew | 30g | - |
| | | Kalafior, mrożony | 30g | SEL |
| | | Mieszanka 7-składnikowa | 50g | SEL |
| | | Włoszczyzna | 25g | SEL |
| Sos koperkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14 | G | Fasolka szparagowa, mrożona | 25g | SEL |
| | | Filet drobiowy | 100g | - |
| | | Koper, świeży | 5g | - |
| | | 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, |
| PODWIECZOREK Brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14 | BO | Brzoskwinia, świeża | 100g | - |
| KOLACJA Salatka z makaronem ryżowym, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2(bez papryki), 6 | 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 | - |
| | | Makaron ryżowy | 30g | G |
| | | Papryka czerwona | 10g | - |
| | | Kukurydza konserwowa | 7g | - |
| | | Szynka wieprzowa | 30g | - |
| | | Groszek konserwowy | 7g | - |
| Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14 | G G | Jogurt grecki | 15g | M |
| | | Ogórek kiszony | 10g | - |
| | | Śmietana 12% | 5g | M |
| | | Jaja | 15g | J |
| | | Kasza manna | 30g | G |
| | | Mleko 2% | 400ml | M |
| Herbata | 230ml | - | | |

E=2245,15kcal /W=325,21g/T=63,88g/B=91,54g/Kw.Tl.Nasy.=31,10g/Cukry=77,43g/S=4,72g/Bl.=26,77g

Sporządził:

Zatwierdził:

06.07.2024r.

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 posiłków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2245,15kcal /W=325,21g/T=63,88g/B=91,54g/Kw.Tł.Nasy.=31,10g/Cukry=77,43g/S=4,72g/Bl.=26,77g

Sporządził:

Zatwierdził: