

10.07.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, kawa zbożowa 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 drobiowa	70g	-
		Sałata lodowa	10g	-
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kawa zbożowa	5g	G
	G	Kasza jaglana	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt z owsianką DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt z owsianką	200g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Kapuśniak z warzywami, kielbasą i ziemniakami DIETA 1, 6	G	Kości , wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler , korzeń	5g	SEL
Zupa ziemniaczana DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Bitki wołowe w sosie własnym DIETA 1, 2, 6	S	Olej	5ml	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Bitki drobiowe w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Kapusta biała	50g	-
		Kielbasa wieprzowa	25g	-
		Ziemniaki	100g	-
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Mięso wołowe	80g	-
		Mięso z piersi kurczaka	80g	-
Salatka zielona z pomidorem DIETA 1, 2, 6	G	Kasza jęczmienna	60g	G
		Salatka zielona, świeża	50g	-
		Pomidor, świeży	50g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt grecki	10g	M
		Jogurt naturalny	10g	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	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Nektarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Nektarynka, świeża	100g	-
KOLACJA Pasta z sera białego z makrelą wędzoną, pomidor, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30g	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	50g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Makrela wędzona	20g	R
Pomidor świeży	50g	-		
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Ryż brązowy	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2158,66kcal /W=282,87g/T=70,44g/B=96,55g/Kw.Tl.Nasy.=35,88g/Cukry=96,21g/S=6,13g/Bl.=20,94g

Sporządził:

Zatwierdził:

10.07.2024r.

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=2158,66kcal /W=282,87g/T=70,44g/B=96,55g/Kw.Tł.Nasy.=35,88g/Cukry=96,21g/S=6,13g/Bl.=20,94g

Sporządził:

Zatwierdził: