

12.07.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Chalka, dżem owocowy, plaster sera białego, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4	G	Chleb pszenny	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	8g	-
		Chalka	100g	G, J
Twarożek, papryka czerwona, chleb, masło, kawa inka DIETA 6	G	Dżem owocowy	40g	-
		Twaróg biały	30g/ 70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Kawa inka	2g	G
	G	Kasza jęczmienna	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Owsianka z jabłkiem i truskawką DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	200ml	M
		Jabłko	30g	-
		Truskawka, mrożona	30g	-
OBIAD Zupa krem z buraczków z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cukier	3g	-
		Kości , wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler	5g	SEL
		Masło 82%	7g	M
Ryba duszona w jarzynach DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	PA D	Mąka pszenna	10g	G
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Buraki	80g	-
		Cebula	10g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Ziemniaki	100g	-
		Śmietana 30%	5ml	M
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ser topiony	1g	M
		Bułka czerstwa	25g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Ryba miruna, mrożona	100g	R
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
Surówka z kapusty kiszonej DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Koper, świeży	1g	-
		Kapusta kiszona	70g	-
		Marchew	25g	-
		Jabłko	15g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	8g	-
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,
PODWIECZOREK Arbuz DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Arbuz, świeży	150g	-
		Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA 2 jajka na miękko z dipem ziołowym, rzodkiewka, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 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	-
		Jaja	100g	J
		Jogurt grecki	30ml	M
Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Koper świeży	1g	-
		Szczypior świeży	1g	-
		Rzodkiewka	15g	-
		Makaron pszenny, nitki	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2254,87kcal /W=326,56g/T=67,63g/B=88,22g/Kw.Tl.Nasy.=30,01g/Cukry=92,44g/S=4,78g/Bl.=25,47g

Sporządził:

Zatwierdził:

12.07.2024r.

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=2254,87kcal /W=326,56g/T=67,63g/B=88,22g/Kw.Tł.Nasy.=30,01g/Cukry=92,44g/S=4,78g/Bl.=25,47g

Sporządził:

Zatwierdził: