

16.07.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z makaronem świderki, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 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	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
		Papryka czerwona	50g	-
Szynka wieprzowa, papryka czerwona, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G	Makaron pszenny, świderki	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Sałatka owocowa DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Arbuz, świeży	100g	-
		Banan, świeży	40g	-
		Jabłko, świeże	150g/50g	-
Jabłko DIETA 6, 12, 14	BO	Ananas w syropie	15g	-
		Brzoskwinia w syropie	22g	-
OBIAD Zupa kalafiorowa z grysikiem DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
Zupa jarzynowa z grysikiem DIETA 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	11g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
Schab w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Kalafior mrożony	60g	SEL
Mięso drobiowe w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Kasza manna	30g	G
		Schab wieprzowy	100g	-
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mięso z fileta drobiowego	100g	-
		Koper świeży	1g	-
Ćwikła DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	250g	-
		Buraki	100g	-
		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]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK 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
KOLACJA Ślimaczk drożdżowe z cynamonem, plaster sera białego, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4	PI 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	-
		Drożdże, instant	1g	G
		Jaja	6g	J
Pasta z jajka z pomidorem i szczypiorem, chleb, masło, herbata DIETA 6	G G	Mąka pszenna	40g	G
		Cukier	5g	-
		Masło 82%	4g	M
		Cukier wanilinowy	1g	-
		Mleko 2%	25ml	M
		Cynamon	1g	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M
		Twaróg biały	30g	M
		Jaja	70g	J
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Śmietana 12%	5g	M
		Pomidor	20g	-
		Szczypior, świeży	1g	-
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	230ml /400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2221,94kcal/W=324,33g/T=64,3g/B=84,61g/Kw. Tl.Nasy.=32,12g/Cukry=102,67g/S=2,85g/Bl.=21,64g

Sporządził:

Zatwierdził:

16.07.2024r.

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=2221,94kcal/W=324,33g/T=64,3g/B=84,61g/Kw. Tł.Nasy.=32,12g/Cukry=102,67g/S=2,85g/Bl.=21,64g

Sporządził:

Zatwierdził: