

18.07.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Paszтет drobiowy, ogórek kiszony, chleb, masło, kawa zbożowa 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	-
Szynka drobiowa, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 3, 4	G	Paszтет drobiowy	70g	G, J
		Ogórek kiszony	15g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kawa zbożowa	5g	G
	G	Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl truskawkowo-bananowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Jogurt naturalny	200ml	M
		Truskawka	40g	-
		Banan	30g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa ogórkowa z ziemniakami DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
Zupa jarzynowa z ziemniakami DIETA 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	15g	-
Gołąbki z ryżem, miksem kasz i mięsem mieszanym DIETA 1, 6	D	Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Ziemniaki	130g	-
		Ogórek kiszony	35g	-
Risotto z miksem kasz, warzywami i mięsem mieszanym DIETA 2	PA	Cebula	2g	-
	D	Kapusta włoska	100g	-
		Ryż biały	20g	-
		Ryż brązowy	20g	-
Risotto z ryżu białego, warzyw i mięsa drobiowego DIETA 3, 4, 12, 14	PA	Kasza jęczmienna	15g	G
	D	Kasza gryczana	15g	G
		Filet drobiowy	50g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
Sos pomidorowy DIETA 1, 2, 6	G	Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Ryż biały	100g	-
		Filet drobiowy	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, GOR
PODWIECZOREK Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Sok owocowy	330ml	-
Jabłko DIETA 6	BO	Jabłko, świeże	150g	M
KOLACJA Salatka brokułowa, 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	-
		Brokuł, mrożony	50g	G
		Papryka czerwona, świeża	30g	-
		Kukurydza konserwowa	4g	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Pomidor, świeży	30g	-
	G	Jaja	25g	J
		Jogurt grecki	10g	M
		Śmietana 12%	5g	M
	G	Mąka pszenna	30g	G
	G	Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
	Herbata	230ml	-	

E=2177,05kcal/W=305,67g/T=68,24g/B=79,76g/Kw.Tł.Nasy.=28,56g/Cukry=104,02g/S=5,38g/Bl.=22,68g

Sporządził:

Zatwierdził:

18.07.2024r.

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=2177,05kcal/W=305,67g/T=68,24g/B=79,76g/Kw.Tł.Nasy.=28,56g/Cukry=104,02g/S=5,38g/Bl.=22,68g

Sporządził:

Zatwierdził: