

20.07.2024r.

| RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY | SPOSÓB OBRÓBK POSILKU | SKŁAD POSILKU | | ALERGENY |
|--|-----------------------------|---|--------|-------------------------------|
| ŚNIADANIE Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, kawa inka 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 | 8g | - |
| | | Szynka drobiowa | 70g | SOJ, M |
| | | Sałata lodowa | 15g | - |
| Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14 | G | Mleko 2% | 230ml | M |
| | G | Kawa inka | 2g | G |
| | G | Kasza kuskus | 30g | G |
| | G | Mleko 2% | 400ml | M |
| II ŚNIADANIE Jogurt owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14 | BO | Jogurt owocowy | 125g | M |
| | | Jogurt naturalny | 150g | M |
| OBIAD Zupa pomidorowa z makaronem nitki DIETA 1, 2, 6 | G | Kości , wywar | 200 ml | - |
| | | Marchew | 15g | - |
| | | Pietruszka, korzeń | 5g | - |
| | | Seler | 5g | SEL |
| | | Masło 82% | 10g | M |
| Zupa jarzynowa z makaronem nitki DIETA 3, 4, 12, 14 | G | Mleko 2% | 15g | M |
| | | Śmietana 12% | 5g | M |
| | | Olej | 7g | - |
| Kotleciki z jajek DIETA 1, 2, 6 | PI | Mąka pszenna | 15g | G |
| | PA | Włoszczyzna, mrożona | 25g | SEL |
| | PA | Koncentrat pomidorowy 30% | 10g | - |
| Mięso drobiowe duszone DIETA 3, 4, 12, 14 | D | Makaron pszenny, nitki | 30g | G |
| | | Bułka czerstwa | 10g | G, SOJ, SEZ, M, J |
| Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14 | G | Jaja | 100g | J |
| | | Filet drobiowy | 100g | - |
| | | Koper, świeży | 1g | - |
| Marchew z groszkiem na ciepło DIETA 1, 2, 6 | G | Ziemniaki | 250g | - |
| | | Marchew mrożona, kostka | 100g | SEL |
| | | Groszek konserwowy | 10g | - |
| Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14 | G | Szpinak, mrożony | 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, GOR |
| PODWIECZOREK Nektarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14 | BO | Nektarynka, świeża | 100g | - |
| KOLACJA Paszтет z czerwonej soczewicy, rzodkiewka, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6 | PI 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 | - |
| | | Ryż biały | 30g | - |
| | | Włoszczyzna | 25g | SEL |
| | | Soczewica czerwona | 30g | - |
| | | Jaja | 10g | J |
| | | Olej | 7g | - |
| Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14 | G G | Filet drobiowy | 30g | - |
| | | Marchew | 15g | - |
| | | Mąka ziemniaczana | 15g | - |
| | | Ogórek kiszony | 20g | - |
| | | Przyprawy [pieprz czarny, kminek mielony, zioła prowansalskie, sól, papryka słodka] | - | SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR |
| | | Kasza manna | 30g | G |
| | | Mleko 2% | 400ml | M |
| Herbata | 230ml | - | | |

E=2200,92kcal /W=317,93g/T=64,46g/B=83,88g/Kw.Tl.Nasy.=26,18g/Cukry=72,51g/S=6,03g/Bl.=24,28g

Sporządził:

Zatwierdził:

20.07.2024r.

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=2200,92kcal /W=317,93g/T=64,46g/B=83,88g/Kw.Tł.Nasy.=26,18g/Cukry=72,51g/S=6,03g/Bl.=24,28g

Sporządził:

Zatwierdził: