

22.07.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Pasta z jajka z koperkiem, pomidor, chleb, masło, kakao 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	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
		Koper, świeży	1g	-
		Pomidor, świeży	50g	-
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kakao	2g	G
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Sok owocowy	330ml	-
Jabłko DIETA 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-
OBIAD Zupa ziemniaczana z soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler	5g	SEL
		Masło 82%	13g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa ziemniaczana DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Naleśniki z serem i jabłkiem DIETA 1, 2	S	Ziemniaki	130g	-
		Soczewica zielona	10g	-
		Mleko 2%	150ml	M
		Jaja	10g	J
Makaron pszenny z serem białym i musem jabłkowym słodzonym DIETA 3, 4, 12, 14	G D	Mąka pszenna	70g	G
		Twaróg biały	100g	M
		Jabłko	150g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
Makaron pełnoziarnisty z serem białym i musem jabłkowym niesłodzonym DIETA 6	G D	Cukier	3g	-
		Makaron pszenny, świderki	100g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Truskawka, mrożona	50g	-
Kompot truskawkowy 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, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Brzoskwinia, świeża	100g	-
KOLACJA Filet drobiowy w galarecie, sałata zielona, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	8g	-
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Filet drobiowy w galarecie	100g	-
		Sałata zielona	10g	-
		Ryż brązowy	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2178,18kcal/W=306,53g/T=64,21g/B=90,02g/Kw.Tł.Nasy.=30,06g/Cukry=112,12g/S=6,57g/Bł.=21,23g

Sporządził:

Zatwierdził:

22.07.2024r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

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=2178,18kcal/W=306,53g/T=64,21g/B=90,02g/Kw.Tł.Nasy.=30,06g/Cukry=112,12g/S=6,57g/Bl.=21,23g

Sporządził:

Zatwierdził: