

24.07.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, 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	-
Konserwa rybna, papryka czerwona, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G G	Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
II ŚNIADANIE Salatka owocowa DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Arbuz, świeży	100g	-
		Banan, świeży	40g	-
Jabłko DIETA 6, 12, 14	BO	Jabłko, świeże	150g/50g	-
		Ananas w syropie	15g	-
OBIAD Zupa gulaszowa z ziemniakami DIETA 1, 6	G	Brzoskwinia w syropie	22g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	10g	M
Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym i ziemniakami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
Ryż biały z musem truskawkowym słodszym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	PA D	Włoszczyzna	25g	SEL
		Ziemniaki	50g	-
		Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Filet drobiowy	40g	-
Ryż brązowy z musem truskawkowym niesłodzonym DIETA 6	PA D	Ryż biały	80g	-
		Ryż brązowy	80g	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Cukier	5g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Truskawka, mrożona	80g	-
		Śmietanka 30%	3ml	-
		Jabłko, świeże	50g	-
		Cukier	8g	-
PODWIECZOREK Nektarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Nektarynka, świeża	100g	-
KOLACJA Twarożek z makrełą, rzodkiewka, chleb, masło, herbata 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
Twarożek, chleb/ bułka, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Cukier	8g	-
		Twaróg biały	50g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Makreła wędzona	20g	R
		Rzodkiewka	10g	-
		Mleko 2%	230ml	M
		Kakao	2g	G
		Makaron pszenny, nitki	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2210,03kcal/W=326,52g/T=65,51g/B=79,88g/Kw.Tł.Nasy.=31,01g/Cukry=106,54g/S=3,92g/Bł.=20,93g

Sporządził:

Zatwierdził:

24.07.2024r.

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=2210,03kcal/W=326,52g/T=65,51g/B=79,88g/Kw.Tł.Nasy.=31,01g/Cukry=106,54g/S=3,92g/Bl.=20,93g

Sporządził:

Zatwierdził: