

28.07.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 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, chleb graham, masło, herbata DIETA 6	G G	Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	30g	G
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Jaja	25g	J
		Kielbasa wieprzowa	30g	-
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb/bulka, masło, herbata DIETA 3,4	G G	Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Kasza jagłana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14	BO	Szpinak mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	50ml	-
		Jabłko	50g	-
		Banan	30g	-
Budyń DIETA 3, 4, 6 (bez cukru)	BO	Budyń	13g	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Cukier	3g	-
OBIAD Rosół z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400ml	-
		Marchew	25g	-
		Pietruszka	15g	-
		Seler	5g	SEL
		Cebula, świeża	2g	-
Gulasz wołowy DIETA 1, 2, 6	D	Masło 82%	10g	M
		Olej	5ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
Gulasz drobiowy DIETA 3, 4, 12, 14	D	Włoszczyzna	25g	SEL
		Śmietana 12%	5g	M
		Ziemniaki	130g	-
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Wołowina	100g	-
		Filet drobiowy	100g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Kasza jęczmienna	70g	G
Surówka z kapusty pekińskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Kapusta pekińska	70g	-
		Marchew świeża	15g	-
		Jabłko świeże	25g	-
		Jogurt grecki	15g	M
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Truskawka mrożona	50g	-
		Cukier	8g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny- DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Salatka z rukolą, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2, 6	D 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	-
		Rukola	5g	-
		Olej	7ml	-
Twarożek, chleb/bulka, masło, bawarka DIETA 3, 4	G	Filet drobiowy	50g	-
		Makaron pszenny, świderki	30g	G
		Pomidor	30g	-
		Twaróg biały	70g	G
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml/100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-

E=2254,54kcal /W=306,85g/T=74,44g/B=92,30g/Kw.Tl.Nasy.=34,13g/Cukry=76,18g/S=3,85g/Bl.=22,56g

Sporządził:

Zatwierdził:

28.07.2024r.

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=2254,54kcal /W=306,85g/T=74,44g/B=92,30g/Kw.Tł.Nasy.=34,13g/Cukry=76,18g/S=3,85g/Bl.=22,56g

Sporządził:

Zatwierdził: