

07.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb/bułka, 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	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
Szynka wieprzowa, rzodkiewka, chleb graham, masło, bawarka DIETA 6	G	Rzodkiewka, świeża	15g	-
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Syrop owocowy	15ml	-
Kisiel DIETA 6(bez cukru)	G	Cukier	3g	-
		Kisiel	13g	-
OBIAD Zupa pęczakowa z jarzynami i soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	12g	M
		Mleko 2%	15g	M
Zupa krupnik z jarzynami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
Jajka w sosie koperkowym DIETA 1, 2, 6	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Kalafior mrożony	12g	SEL
Mięso drobiowe w sosie koperkowym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Fasolka szparagowa	5g	SEL
		Kasza pęczak	30g	G
		Kasza jęczmienna, średnia	30g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Soczewica zielona	10g	-
		Jaja	100g	J
		Koper, świeży	10g	-
		Filet drobiowy	100g	-
Surówka z kapusty czerwonej z olejem DIETA 1, 2, 6	BO	Filet drobiowy	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
		Kapusta czerwona	70g	-
		Jabłko	30g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew	20g	-
		Szpinak, mrożony	100g	-
		Mieszanka owocowa	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, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Brzoskwinia, świeża	100g	-
ŚNIADANIE Filet drobiowy w galarecie, sałata zielona, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6, 3, 4	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	-
		Filet drobiowy w galarecie	100g	G, SOJ
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Sałata zielona	10g	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2085,47kcal /W=295,55g/T=65,44g/B=79,40g/Kw.Tl.Nasy.=29,74g/Cukry=86,79g/S=6,85g/Bl.=23,10g

Sporządził:

Zatwierdził:

07.08.2024r.

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=2085,47kcal /W=295,55g/T=65,44g/B=79,40g/Kw.Tł.Nasy.=29,74g/Cukry=86,79g/S=6,85g/Bl.=23,10g

Sporządził:

Zatwierdził: