

08.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z 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	-
Szynka z indyka, rukola, chleb graham, masło, herbata DIETA 6	G	Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	30g	G
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Kielbasa wieprzowa	30g	-
Szynka z indyka, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3,4	G	Szynka z indyka	70g	-
		Rukola, świeża	20g	-
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny DIETA 3, 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa krem z buraczków z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	10ml	M
Sos potrawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
Kasza gryczana DIETA 1, 2, 6	G	Buraki świeże	80g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Serek topiony	1g	M
		Śmietanka 30%	5ml	M
		Cebula świeża	2g	-
Kasza jagłana DIETA 3, 4, 12, 14	G	Bułka pszenna, czerstwa	25g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Filet drobiowy	100g	-
		Marchew	15g	-
		Kasza gryczana	60g	G
		Kasza jagłana	60g	-
Fasolka szparagowa na ciepło DIETA 1, 2, 6	BO	Fasola szparagowa, mrożona	100g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew, mrożona, kostka	100g	SEL
		Truskawka, mrożona	50g	-
		Cukier	8g	-
Kompot truskawkowy 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, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan, świeży	120g	-
KOLACJA Filety z makreli w sosie pomidorowym, sałata lodowa, chleb, masło, kawa inka 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
		Cukier	8g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Sałata lodowa	15g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2270,61kcal /W=314,61g/T=69,55g/B=93,85g/Kw.Tl.Nasy.=31,86g/Cukry=79,71g/S=4,59g/Bl.=24,49g

Sporządził:

Zatwierdził:

08.08.2024r.

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=2270,61kcal /W=314,61g/T=69,55g/B=93,85g/Kw.Tł.Nasy.=31,86g/Cukry=79,71g/S=4,59g/Bl.=24,49g

Sporządził:

Zatwierdził: