

10.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser żółty, rzodkiewka, chleb, masło, kakao DIETA 1	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	10g	-
Szynka wieprzowa, rzodkiewka, chleb, masło, kakao DIETA 2, 6	G	Rzodkiewka, świeża	15g	-
	G	Szynka wieprzowa	70g	-
		Kakao	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kasza manna	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14	G	Szpinak mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	60ml	-
		Jabłko	50g	-
		Banan	30g	-
Kisiel DIETA 3, 4, 6(bez cukru)	G	Kisiel	13g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa grochowa z ziemniakami DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
Zupa jarzynowa z ryżem białym DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
Spaghetti z mięsem mieszanym i makaronem pełnoziarnistym DIETA 1, 2, 6	D	Groch, połówki	10g	-
	G	Ziemniaki	130g	-
		Marchew	30g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Koncentrat pomidorowy	12g	-
	D	Filet drobiowy	50g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
		Makaron pełnoziarnisty, spaghetti	70g	G
		Makaron pszenny, świderki	70g	G
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Filet drobiowy	100g	-
		Jabłka, świeże	50g	-
		Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Arbuz DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Arbuz, świeży	150g	-
KOLACJA Paszтет drobiowy, pomidor, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
		Paszтет drobiowy	70g	G, J
Szynka drobiowa, chleb/ bułka, masło, bawarka DIETA 3, 4	G	Pomidory, świeże	50g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Mleko 2%	100ml	M
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Herbata	130ml	-
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2103,32kcal /W=276,12g/T=72,42g/B=85,23g/Kw.Tl.Nasy.=33,94g/Cukry=83,47g/S=5,06g/Bl.=23,55g

Sporządził:

Zatwierdził:

10.08.2024r.

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=2103,32kcal /W=276,12g/T=72,42g/B=85,23g/Kw.Tł.Nasy.=33,94g/Cukry=83,47g/S=5,06g/Bl.=23,55g

Sporządził:

Zatwierdził: