

11.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Twarożek z szczypiorkiem, 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	10g	-
Twarożek, sałata lodowa, chleb, masło, kawa inka DIETA 3, 4	G	Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	3ml	M
		Szczypiorek, świeży	1g	-
		Sałata lodowa	15g	-
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 12,14	G	Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Budyń owocowy+ biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru i biszkoptów), 12, 14	BO	Mleko 2%	200ml	M
		Budyń owocowy	15g	-
		Biszkopty	15g	G, J
		Cukier	5g	-
OBIAD Rosół z makaronem nitki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości , wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Seler korzeń	10g	SEL
		Pietruszka korzeń	15g	-
		Masło 82%	8g	M
Udziec drobiowy DIETA 1, 2, 6	PI	Olej	10g	-
		Włoszczyzna	30g	SEL
Mięso drobiowe z warzywami DIETA 3, 4, 12, 14	D PA	Pietruszka natka	1g	-
		Cebula	2g	-
		Makaron nitki	30g	G
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Udziec drobiowy	100g	-
		Włoszczyzna	15g	SEL
		Filet drobiowy	100g	-
Surówka z kapusty czerwonej DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Koper świeży	1g	-
		Kapusta czerwona, świeża	70g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew, świeża	15g	-
		Szpinak, mrożony	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Pasta z jajka z ogórkiem kiszonym i koperkiem, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	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	10g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	10g	M
		Ogórek kiszony	15g	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Koper świeży	1g	-
		Mąka pszenna	30g	G
	G	Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2078,99kcal/W=280,15g/T=68,22g/B=85,11g/Kw. Tł. Nasy.=29,31g/Cukry=88,68g/S=4,02g/ Bl.=21,61g

Sporządził:

Zatwierdził:

11.08.2024r.

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 posilków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2078,99kcal/W=280,15g/T=68,22g/B=85,11g/Kw. Tł. Nasy.=29,31g/Cukry=88,68g/S=4,02g/ Bl.=21,61g

Sporządził:

Zatwierdził: