

17.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z platkami jęczmiennymi, chleb, 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	10g	-
Szynka drobiowa, papryka czerwona, chleb, masło, herbata DIETA 6	G	Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Papryka czerwona	20g	-
		Platki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	-
		Syrop owocowy	15ml	-
Kisiel DIETA 6(bez cukru)	G	Kisiel	15g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa pomidorowa z lanym ciastem DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew świeża	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler korzeń	5g	SEL
Zupa jarzynowa z lanym ciastem DIETA 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	11g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Zapiekanka ziemniaczana z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G PA	Koncentrat pomidorowy	12g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Ziemniaki	200g	-
		Brokuł, mrożony	30g	SEL
		Marchew kostka, mrożona	30g	-
		Kalafior, mrożony	30g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	50g	SEL
		Kukurydza konserwowa	3g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Sos koperkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Fasolka szparagowa, mrożona	25g	SEL
		Filet drobiowy	100g	-
		Koper, świeży	5g	-
		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, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Pasta z mięsa z warzywami, sałata zielona, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	PI 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	60g	-
		Włoszczyzna	30g	SEL
		Marchew	15g	-
		Seler	5g	SEL
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Olej	7g	-
		Sałata zielona	10g	-
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2256,10kcal /W=318,75g/T=66,20g/B=93,25g/Kw.Tl.Nasy.=27,48g/Cukry=103,9g/S=4,04g/Bl.=21,01g

Sporządził:

Zatwierdził:

17.08.2024r.

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=2256,10kcal /W=318,75g/T=66,20g/B=93,25g/Kw.Tł.Nasy.=27,48g/Cukry=103,9g/S=4,04g/Bl.=21,01g

Sporządził:

Zatwierdził: