

19.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser żółty, sałata lodowa, chleb, masło, herbata 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	8g	-
Twarożek, sałata lodowa, chleb, masło, herbata DIETA 2, 3, 4, 6	G	Ser żółty	50g	M
		Sałata lodowa	15g	-
		Twaróg biały	70g	M
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Owsianka z bananem i brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4,	G	Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Banan, świeży	30g	-
		Brzoskwinia w syropie	13g	-
Budyń- DIETA 6 (bez cukru), 12, 14	G	Budyń	13g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa gulaszowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami DIETA 1, 6	G	Kości , wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5ml	-
		Mąka pszenna	20g	G
Zupa ziemniaczana DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Filet z piersi kurczaka	40g	-
		Soczewica czerwona	10g	-
Naleśniki z serem i dżemem DIETA 1, 2	S	Ziemniaki	130g	-
		Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Mleko 2%	150ml	M
Makaron pszenny z serem białym i musem truskawkowym słodzone DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jaja	10g	J
		Mąka pszenna	60g	G
	D	Olej	5ml	-
		Cukier / Cukier wanilinowy	5g /1g	-
Makaron pełnoziarnisty z serem białym i musem truskawkowym niesłodzone DIETA 6	G	Dżem owocowy	30g	-
		Makaron pszenny, świderki	100g	G
	D	Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
		Twaróg biały	60g	M
		Truskawka, mrożona	100g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Jabłko, świeże	50g	-
		Cukier	8g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Nektarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Nektarynka, świeża	100g	-
KOLACJA Salatka jarzynowa z szynką wieprzową, chleb, masło, herbata 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
	G	Masło 82%	10g	M
		Cukier	8g	-
		Szynka wieprzowa	30g	-
	G	Jogurt grecki	20g	M
		Ogórek kiszony	10g	-
	G	Groszek konserwowy/ Kukurydza konserwowa	5g/ 5g	-
		Marchew	40g	-
		Ziemniaki	40g	-
		Jabłko	10g	-
		Pietruszka	5g	-
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Seler	5g	SEL
		Jaja	30g	J
		Ryż brązowy	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2249,57kcal/W=308,09g/T=71,13g/B=94,57g/Kw.Tł.Nasy.=34,23g/Cukry=82,32g/S=4,71g/Bł.=21,85g

Sporządził:

Zatwierdził:

19.08.2024r.

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=2249,57kcal/W=308,09g/T=71,13g/B=94,57g/Kw.Tł.Nasy.=34,23g/Cukry=82,32g/S=4,71g/Bl.=21,85g

Sporządził:

Zatwierdził: