

21.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka z indyka, mix sałat, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 3, 4, 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	5g	-
		Szynka z indyka	70g	-
		Mix sałat, świeży	15g	-
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Kawa zbożowa	5g	G
	G	Kasza kuskus	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Salatka owocowa DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Herbata	230ml	-
		Arbuz, świeży	100g	-
		Banan, świeży	40g	-
Jabłko DIETA 6, 12, 14	BO	Jabłko, świeże	150g/50g	-
		Ananas w syropie	15g	-
OBIAD Zupa pomidorowa z makaronem nitki DIETA 1, 2, 6	G	Brzoskwinia w syropie	22g	-
		Kości, wywar	200 ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler	5g	SEL
Zupa jarzynowa z makaronem nitki DIETA 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Kotleciki z jajek DIETA 1, 2, 6	PI PA	Olej	7g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
Mięso drobiowe duszone DIETA 3, 4, 12, 14	D	Koncentrat pomidorowy 30%	10g	-
		Makaron pszenny, nitki	25g	G
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Bułka czerstwa	10g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	100g	J
		Filet drobiowy	100g	-
Marchew z groszkiem na ciepło DIETA 1, 2, 6	G	Koper, świeży	1g	-
		Ziemniaki	230g	-
		Marchew mrożona, kostka	100g	SEL
		Groszek konserwowy	10g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Szpinak, mrożony	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	5g	-
Kompot owocowy 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]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan, świeży	120g	-
KOLACJA Paszтет z czerwonej soczewicy, rzodkiewka, chleb, masło, bawarka DIETA 1, 2, 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	5g	-
		Ryż biały	25g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Soczewica czerwona	30g	-
		Jaja	10g	J
		Olej	7g	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Filet drobiowy	30g	-
		Marchew	15g	-
		Mąka ziemniaczana	10g	-
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
		Przyprawy [pieprz czarny, kminek mielony, zioła prowansalskie, sól, papryka słodka]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
Herbata	230ml/ 130ml	-		

E=2234,46kcal /W=323,40g/T=66,76g/B=83,11g/Kw.Tl.Nasy.=27,17g/Cukry=77,08g/S=5,40g/Bl.=27,60g

Sporządził:

Zatwierdził:

21.08.2024r.

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=2234,46kcal /W=323,40g/T=66,76g/B=83,11g/Kw.Tł.Nasy.=27,17g/Cukry=77,08g/S=5,40g/Bl.=27,60g

Sporządził:

Zatwierdził: