

26.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Zupa mleczna z płatkami owsianymi, 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	5g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
Konserwa rybna, rzodkiewka, chleb/bułka, masło, bawarka DIETA 6	G	Rzodkiewka, świeża	15g	-
	G	Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14	BO	Szpinak mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	70ml	-
Jabłko- DIETA 3, 4, 6	BO	Jabłko	50g/ 150g	-
		Banan	30g	-
OBIAD Zupa ziemniaczana DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	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	15ml	-
Makaron pszenny z serem białym i musem truskawkowym słodzonym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mąka pszenna	20g	G
	D	Włoszczyzna	25g	SEL
		Ziemniaki	70g	-
Makaron pełnoziarnisty z serem białym z musem truskawkowym niesłodzonym- DIETA 6	G	Makaron pszenny, świderki	60g	G
	D	Makaron pełnoziarnisty, świderki	60g	G
		Twaróg biały	75g	M
		Truskawka, mrożona	50g	-
		Cukier	3g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Śmietanka 30%	3ml	M
		Jabłko, świeże	50g	-
		Cukier	5g	-
		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 Filet drobiowy w galarecie, sałata zielona, chleb, masło, kawa inka 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	-
		Filet drobiowy w galarecie	100g	G, SOJ
		Sałata zielona, świeża	10g	-
		Kawa inka	2g	G
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2049,05kcal/W=283,50g/T=64,87g/B=83,12g/Kw.Tł.Nasy.=28,53g/Cukry=85,85g/S=6,48g/Bl.=18,62g

Sporządził:

Zatwierdził:

26.08.2024r.

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=2049,05kcal/W=283,50g/T=64,87g/B=83,12g/Kw.Tł.Nasy.=28,53g/Cukry=85,85g/S=6,48g/Bl.=18,62g

Sporządził:

Zatwierdził: