

29.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z jajkiem i kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 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	-
		Zakwas barszczu białego	30g	G
Szynka wieprzowa, papryka czerwona, chleb, masło, herbata DIETA 6	G	Mąka pszenna	30g	G
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Kielbasa wieprzowa	30g	-
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G G	Szynka wieprzowa	70g	-
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Kasza kuskus	30g	G
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Rosół z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
Bitki wołowe w sosie własnym DIETA 1, 2, 6	D	Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10ml	-
Bitki drobiowe w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Cebula	2g	-
Kasza bulgur DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	130g	-
		Wołowina	100g	-
		Filet drobiowy	100g	-
		Kasza bulgur	70g	G
Surówka z kapusty białej DIETA 1, 2, 6	BO	Kapusta biała	70g	-
		Marchew	20g	-
		Jabłko	25g	-
		Jogurt grecki	10ml	M
		Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jabłko	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,
PODWIECZOREK Brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Brzoskwinia, świeża	100g	-
KOLACJA Twarożek z makrelą, sałata zielona, 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	5g	-
		Twaróg biały	50g/ 70g	M
Twarożek, sałata zielona, chleb/ bulka, masło, kawa inka DIETA 3, 4	G	Śmietana 12%	3g/ 5g	M
		Makrela wędzona	20g	R
		Sałata zielona, świeża	10g	-
		Mleko 2%	230ml	M
		Kawa inka	2g	G
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2176,11kcal /W=274,82g/T=76,40g/B=94,01g/Kw.Tl.Nasy.=37,12g/Cukry=68,89g/S=4,24g/Bl.=23,08g

Sporządził:

Zatwierdził:

29.08.2024r.

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=2176,11kcal /W=274,82g/T=76,40g/B=94,01g/Kw.Tł.Nasy.=37,12g/Cukry=68,89g/S=4,24g/Bl.=23,08g

Sporządził:

Zatwierdził: