

31.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Paszтет drobiowy, rzodkiewka, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30g	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, sałata lodowa, chleb, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Paszтет drobiowy	70g	G, J
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Sałata lodowa	15g	-
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kasza manna	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt owocowy	125g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
OBIAD Zupa ogórkowa z ryżem białym DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	10g	M
Zupa jarzynowa z ryżem białym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5ml	-
Bigos z cukinii z mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 6	D	Mąka pszenna	25g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Ryż biały	30g	-
		Ogórek kiszony	20g	-
		Koncentrat pomidorowy	10g/4g	-
Mięso drobiowe w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Cukinia, świeża	130g	-
		Kiełbasa wieprzowa	28g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Ziemniaki z koperkiem DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mięso z piersi kurczaka	100g/ 60g	-
		Marchew	15g	-
		Cebula	5g	-
Szpinak na ciepło DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	250g	-
		Koper świeży	1g	-
		Szpinak, mrożony	30g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
PODWIECZOREK Nektarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Nektarynka, świeża	100g	-
KOLACJA Sałatka z buraczkami, rukolą, twarogiem i słonecznikiem, 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	10g	-
		Buraki	60g	-
		Rukola	10g	-
		Twaróg biały	60g	M
		Słonecznik łuskany	5g	-
		Olej	5g	-
Zupa mleczna z makaronem świderki, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Przyprawy[Zioła prowansalskie, sól, kwas cytr.]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Makaron pszenny, świderki	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2033,26kcal/W=272,33g/T=67,47g/B=82,06g/Kw.Tł.Nasy.=29,30g/Cukry=76,76g/S=5,07g/Bl.=20,64g

Sporządził:

Zatwierdził:

31.08.2024r.

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=2033,26kcal/W=272,33g/T=67,47g/B=82,06g/Kw.Tł.Nasy.=29,30g/Cukry=76,76g/S=5,07g/Bl.=20,64g

Sporządził:

Zatwierdził: