

01.09.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Twarożek ze szczypiorkiem, sałata lodowa, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 6	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	-
Twarożek, sałata lodowa, chleb, masło, kawa inka DIETA 3, 4	G	Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Szczypiór świeży	1g	-
		Salata lodowa, świeża	15g	-
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Budyń + biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	BO	Herbata	230ml	-
		Budyń	15g	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Cukier	3g	-
OBIAD Rosół z ryżem białym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Biszkopty	12g	J, G
		Kości , wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
Udziec drobiowy pieczony DIETA 1, 2, 6	PI	Seler	5g	SEL
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Filet z kurczaka z warzywami DIETA 3, 4,12, 14	D PA	Olej	15g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Cebula, świeża	2g	-
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ryż biały	30g	-
		Udziec, świeży	100g	-
		Filet z kurczaka	100g	-
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
Ćwikła DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	250g	-
		Koper, świeży	1g	-
		Buraki	100g	-
		Mieszanka kompotowa, mrożona	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	5g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan, świeży	120g	-
KOLACJA Szynka wieprzowa, pomidor, 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
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	5g	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
		Pomidor, świeży	50g	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2132,44kcal/W=280,67g/T=70,85g/B=92,36g/Kw.Tł.Nasy.=29,98g/Cukry=66,14g/S=4,79g/Bł.=20,08g

Sporządził:

Zatwierdził:

01.09.2024r.

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=2132,44kcal/W=280,67g/T=70,85g/B=92,36g/Kw.Tł.Nasy.=29,98g/Cukry=66,14g/S=4,79g/Bl.=20,08g

Sporządził:

Zatwierdził: