

04.09.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Zupa mleczna z makaronem nitki, 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	-
Konserwa rybna, papryka czerwona, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G	Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
	G	Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Makaron pszenny, nitki	25g	G
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Salatka owocowa DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Arbuz, świeży	100g	-
		Banan, świeży	40g	-
		Jabłko, świeże	150g/50g	-
Jabłko DIETA 6, 12, 14	BO	Ananas w syropie	15g	-
		Brzoskwinia w syropie	22g	-
OBIAD Zupa gulaszowa z ziemniakami DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	17g	M
		Mleko 2%	15g	M
Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym i ziemniakami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Ryż biały z musem truskawkowym słodszym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	PA D	Ziemniaki	50g	-
		Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Filet drobiowy	50g	-
Ryż brązowy z musem truskawkowym niesłodzonym DIETA 6	PA D	Ryż biały	80g	-
		Ryż brązowy	80g	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Cukier	5g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Truskawka, mrożona	80g	-
		Śmietanka 30%	3ml	-
		Mieszanka kompotowa, mrożona	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	5g	-
PODWIECZOREK Nektarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Nektarynka, świeża	100g	-
KOLACJA Twarożek z tuńczykiem, sałata lodowa, 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
Twarożek, sałata lodowa, chleb/ bułka, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Cukier	5g	-
		Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Tuńczyk w sosie własnym	20g	R
	G	Sałata lodowa, świeża	15g	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2094,66kcal/W=299,34g/T=64,05g/B=79,48g/Kw.Tł.Nasy.=31,63g/Cukry=86,04/S=3,60g/Bl.=19,24g

Sporządził:

Zatwierdził:

04.09.2024r.

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=2094,66kcal/W=299,34g/T=64,05g/B=79,48g/Kw.Tł.Nasy.=31,63g/Cukry=86,04/S=3,60g/Bl.=19,24g

Sporządził:

Zatwierdził: