

06.09.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser topiony, jajko gotowane, papryka czerwona, chleb, masło, herbata DIETA 1	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 z koperkiem, rzodkiewka, chleb, masło, herbata DIETA 2, 6	G	Ser topiony	50g	M
		Jaja	50g	J
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Twaróg biały	70g	M
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Śmietana 12%	5g	M
		Koper, świeży	1g	-
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
II ŚNIADANIE Jaglanka z brzoskwinia i ananasem DIETA 1, 2, 3, 4	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Kasza jaglana	30g	G
		Brzoskwinia, w syropie	12g	-
Budyń -DIETA 6(bez cukru), 12, 14	G	Ananas w syropie	10g	-
		Budyń	13g	-
		Cukier	5g	-
OBIAD Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną DIETA 1, 6	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Kośćci, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
Zupa jarzynowa z kaszą jęczmienną DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
Ryba po grecku DIETA 1, 2, 6	D PA	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
Ryba duszona w jarzynach DIETA 3, 4, 12, 14	D PA	Włoszczyzna	25g	SEL
		Kalafior mrożony	60g	SEL
		Kasza jęczmienna, średnia	30g	G
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Miruna, bez skóry	100g	R
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	5g	-
Surówka z kapusty włoskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Koper, świeży	1g	-
		Kapusta włoska, świeża	70g	-
		Marchew, świeża	15g	-
		Jabłko, świeże	25g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt grecki	20g	-
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	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, GOR
PODWIECZOREK Jabłko- DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Chalka, dżem owocowy, plaster sera białego, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 3, 4	G	Chleb pszenny	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	5g	-
		Chalka	100g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Dżem owocowy	50g	-
Pasta z jajka z ogórkiem kiszonym, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 6	G	Twaróg biały	30g	M
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
		Ogórek kiszony	15g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2249,02kcal /W=323,04g/T=69,11g/B=85,94g/Kw.Tl.Nasy.=33,15g/Cukry=93,88g/S=4,89g/Bl.=26,14g

Sporządził:

Zatwierdził:

06.09.2024r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

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=2249,02kcal /W=323,04g/T=69,11g/B=85,94g/Kw.Tł.Nasy.=33,15g/Cukry=93,88g/S=4,89g/Bl.=26,14g

Sporządził:

Zatwierdził: