

07.09.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, pomidor, ketchup, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6 (bez ketchupu)	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	-
		Parówka drobiowa	70g	-
		Pomidor, świeży	50g	-
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12,14	G	Ketchup	20g	-
	G	Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Syrop owocowy	15ml	-
Jogurt naturalny DIETA 6	G	Jogurt naturalny	150g	M
		Cukier	5g	-
OBIAD Barszcz czerwony z botwiną DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler	5g	SEL
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Zapiekanka z makaronem pszennym, jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G PA	Buraki, świeże	50g	-
		Koncentrat buraczany	4ml	-
		Botwinka, świeża	20g	-
		Makaron pszenny, rurki	80g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	80g	G
Zapiekanka z makaronem pełnoziarnistym, jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 6	G PA	Brokuł, mrożony	30g	SEL
		Marchew	30g	-
		Kalafior, mrożony	30g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	50g	SEL
		Włoszczyzna	25g	SEL
Sos koperkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Fasolka szparagowa, mrożona	25g	SEL
		Filet drobiowy	80g	-
		Koper, świeży	5g	-
		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,
PODWIECZOREK Brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Brzoskwinia, świeża	100g	-
KOLACJA Szynka wieprzowa, ogórek kiszony, chleb, masło, kakao 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
Szynka drobiowa, mix салат, chleb, masło, kakao DIETA 3, 4		Cukier	5g	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Ogórek kiszony	20g	-
		Mix салат	10g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Mleko 2%	230ml	M
		Kakao	2g	G
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2179,99kcal /W=282,87g/T=72,53g/B=93,96g/Kw.Tl.Nasy.=31,67g/Cukry=79,13g/S=7,0g/Bl.=22,43g

Sporządził:

Zatwierdził:

07.09.2024r.

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=2179,99kcal /W=282,87g/T=72,53g/B=93,96g/Kw.Tł.Nasy.=31,67g/Cukry=79,13g/S=7,0g/Bl.=22,43g

Sporządził:

Zatwierdził: