

09.09.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka drobiowa, sałata zielona, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4, 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 drobiowa	70g	SOJ, M
		Sałata zielona	10g	-
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z makaronem świderki, chleb, masło, herbata DIETA, 12, 14	G	Makaron pszenny, świderki	25g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Owsianka z truskawką i bananem DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru) 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Truskawka, mrożona	30g	-
		Banan, świeży	30g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa krem z dyni z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	20g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
Jajko sadzone DIETA 1, 2	S	Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Dynia kostka, mrożona	100g	-
		Pomidory, świeże	30g	-
Mięso drobiowe duszone DIETA 3, 4, 6, 12, 14	D	Ziemniaki	100g	-
		Cebula	2g	-
		Bułka pszenna, czerstwa	30g	G, SOJ, SEZ, M, J
Ziemianki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ser topiony	1g	M
		Śmietanka 30%	5ml	M
		Jaja	100g	J
Fasolka szparagowa na ciepło DIETA 1, 2, 6	G	Mięso drobiowe	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
		Koper, świeży	1g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Fasolka szparagowa, mrożona	100g	SEL
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12, 14	G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	5g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Arbuz DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Arbuz, świeży	150g	-
KOLACJA Paprykarz z makrelą w sosie pomidorowym z warzywami, rzodkiewka, 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	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Ryż biały	30g	-
		Marchew	10g	-
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
	G	Seler, korzeń	5g	SEL
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
		Ryż brązowy	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2160,36kcal/W=302,33g/T=69,15g/B=83,28g/Kw.Tł.Nasy.=29,31g/Cukry=67,76g/S=6,26g/Bł.=27,10g

Sporządził:

Zatwierdził:

09.09.2024r.

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 posiłków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2160,36kcal/W=302,33g/T=69,15g/B=83,28g/Kw.Tł.Nasy.=29,31g/Cukry=67,76g/S=6,26g/Bl.=27,10g

Sporządził:

Zatwierdził: