

12.09.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Salatka z rukolą i pomidorami suszonymi, chleb, masło, herbata 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	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Rukola	5g	-
		Olej	5ml	-
		Szynka wieprzowa	50g	-
		Makaron pszenny, świderki	30g	G
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Pomidor suszony, w oleju	10g	-
		Słonecznik łuskany	5g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Koktajl truskawkowo-bananowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Herbata	230ml	-
		Jogurt naturalny	200ml	M
		Truskawka	40g	-
		Banan	30g	-
OBIAD Zupa koperkowa z kostką grycikową DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cukier	3g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
Gulasz wołowy z warzywami DIETA 1, 2, 6	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5g	-
		Mąka pszenna	20g	G
Gulasz drobiowy z warzywami DIETA 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanek 7-składnikowa	12g	SEL
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Koper świeży	5g	-
		Kasza manna	30g	G
		Ziemniaki	250g	-
		Wołowina	100g	-
Marchew gotowana DIETA 3, 4, 12, 14 ½ porcji- 1, 2, 6	G	Filet drobiowy	100g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Kalafior gotowany DIETA ½ porcji- 1, 2, 6	G	Kalafior, mrożony	60g	SEL
		Marchew mrożona, kostka	60g/100g	SEL
		Mieszanek 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 Brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Brzoskwinia, świeża	100g	-
KOLACJA Paszтет drobiowy, sałatka z sałaty lodowej i ogórka kiszzonego, chleb, masło, kakao 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	-
		Paszтет drobiowy	70g	G, J
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb/bułka, masło, kakao DIETA 3,4	G	Sałata lodowa, świeża	15g	-
		Ogórek kiszony	15g	-
		Kakao	2g	G
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Mleko 2%	230ml	M
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2164,27kcal /W=282,46g/T=74,89g/B=88,04g/Kw.Tl.Nasy.=33,14g/Cukry=61,38g/S=5,71g/Bl.=24,75g

Sporządził:

Zatwierdził:

12.09.2024r.

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=2164,27kcal /W=282,46g/T=74,89g/B=88,04g/Kw.Tł.Nasy.=33,14g/Cukry=61,38g/S=5,71g/Bl.=24,75g

Sporządził:

Zatwierdził: