

17.09.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, ogórek kiszony, ketchup, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6(bez ketchupu)	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	-
		Parówka drobiowa	70g	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12,14	G G	Ogórek kiszony	30g	-
		Ketchup	20g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Owsianka z ananasem i wiórkami kokosowymi DIETA 1, 2, 3, 4	G	Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	200ml	M
		Ananas w syropie	15g	-
		Wiórki kokosowe	2g	-
Budyń DIETA 6(bez cukru), 12, 14	BO	Budyń	13g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Rosół z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	3g	M
		Mleko 2%	15g	M
Indyk duszony w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Pietruszka, korzeń	5g	-
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cebula	2g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Filet z indyka	100g	-
Surówka z kapusty pekińskiej DIETA 1, 2, 6	G	Kasza jęczmienna	70g	-
		Kapusta pekińska, świeża	80g	-
		Jabłko świeże	20g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew świeża	10g	-
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	5g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubezyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, imbir, gałka muszkatołowa, czosnek]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Brzoskwinia, świeża	100g	-
KOLACJA Twarożek ze szpinakiem, rzodkiewka, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 6	G G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	5g	-
		Twaróg biały	60g/ 70g	M
Twarożek, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 3, 4	G	Śmietana 12%	5g	M
		Szpinak, mrożony	12g	SEL
		Rzodkiewka, świeża	10g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2096,35kcal /W=273,39g/T=72,88g/B=90,32g/Kw.Tl.Nasy.=31,79g/Cukry=63,95g/S=5,35g/Bl.=23,50g

Sporządził:

Zatwierdził:

17.09.2024r.

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=2096,35kcal /W=273,39g/T=72,88g/B=90,32g/Kw.Tł.Nasy.=31,79g/Cukry=63,95g/S=5,35g/Bl.=23,50g

Sporządził:

Zatwierdził: