

26.09.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Filet drobiowy w galarecie, sałata lodowa z rzodkiewką, 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
		Cukier	5g	-
Filet drobiowy w galarecie, sałata lodowa, chleb, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Filet drobiowy w galarecie	100g	G, SOJ
		Sałata lodowa	20g/ 35g	-
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kakao	2g	G
	G	Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny- DIETA 3, 6	BO	Jogurt naturalny	200g	M
OBIAD Zupa krem z dyni z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Gulasz wołowy z warzywami DIETA 1, 2, 6	D	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Dynia kostka, mrożona	100g	-
Gulasz drobiowy z warzywami DIETA 3, 4, 12, 14	D	Pomidory, świeże	30g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Cebula	2g/ 5g	-
		Bułka pszenna, czerstwa	30g	G, SOJ, SEZ, M, J
Kasza bulgur DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ser topiony	1g	M
		Śmietanka 30%	5ml	M
		Wołowina	100g	-
		Filet z piersi kurczaka	100g	-
		Włoszczyzna	10g	SEL
		Kasza bulgur	60g	G
Surówka z ogórka kiszzonego DIETA 1, 2, 6	BO	Ogórek kiszony	56g	-
		Pietruszka, korzeń	15g	-
		Seler, korzeń	15g	-
		Marchew świeża	20g	M
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Szpinak , mrożony	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, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Arbuz- DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Arbuz, świeży	150g	-
KOLACJA Salatka brokułowa z jajkiem, pestkami dyni i słonecznika, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2 (bez papryki), 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	-
		Brokuł, mrożony	50g	SEL
		Papryka czerwona	30g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Pomidor	30g	-
		Jaja	25g	J
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt grecki	20ml	M
		Słonecznik	2g	-
		Pestki z dyni	2g	-
		Ryż brązowy	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2098,62kcal /W=273,34g/T=66,41g/B=96,23g/Kw.Tl.Nasy.=31,30g/Cukry=72,34g/S=8,21g/Bl.=25,39g

Sporządził:

Zatwierdził:

26.09.2024r.

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=2098,62kcal /W=273,34g/T=66,41g/B=96,23g/Kw.Tł.Nasy.=31,30g/Cukry=72,34g/S=8,21g/Bl.=25,39g

Sporządził:

Zatwierdził: