

02.11.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Twarożek , ogórek kiszony, chleb, masło, bawarka 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%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Twaróg biały	70g	M
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Ogórek kiszony	20g	-
		Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	100ml	M
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14	BO	Szpinak mrożony	35g	SEL
		Sok pomarańczowy	100ml	-
		Jabłko	60g/ 150g	-
Jabłko gotowane/ świeże DIETA 3, 4/ 6	G/ BO	Banan	35g	-
OBIAD Zupa gulaszowa z ziemniakami i soczewicą czerwoną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym i ziemniakami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
Ryż biały z musem truskawkowym słodzonym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	PA D	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Ziemniaki	130g	-
		Soczewica czerwona	10g	-
		Koncentrat pomidorowy	5g	-
Ryż brązowy z musem truskawkowym niesłodzonym DIETA 6	PA D	Kukurydza konserwowa	5g	-
		Filet drobiowy	40g	-
		Ryż biały / Ryż brązowy	80g / 80g	- / -
		Mleko 2%	240ml	M
		Cukier	5g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Truskawka, mrożona	100g	-
		Śmietanka 30%	3ml	-
		Jabłko, świeże	50g	-
		Cukier	4g	-
Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]			-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan, świeży	120g	-
KOLACJA Galareta drobiowa z warzywami, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Udko drobiowe	30g	-
		Filet drobiowy	30g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	4g	SEL
		Marchew, świeża	10g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Natka pietruszki, liście	1g	-
		Włoszczyzna	20g	SEL
		Groszek konserwowy	5g	-
		Żelatyna	8g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2145,81kcal/W=306,43g/T=65,34g/B=86,96g/Kw.Tl.Nasy.=31,56g/Cukry=80,64g/S=3,64g/Bl.=23,61g

Sporządził:

Zatwierdził:

02.11.2024r.

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=2145,81kcal/W=306,43g/T=65,34g/B=86,96g/Kw.Tł.Nasy.=31,56g/Cukry=80,64g/S=3,64g/Bl.=23,61g

Sporządził:

Zatwierdził: