

03.11.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Żurek z kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14	G G	Chleb pszenny	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
Szynka wieprzowa, papryka czerwona, chleb graham, masło, herbata- DIETA 6	G	Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	30g	G
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Kielbasa	40g	-
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3, 4	G G	Szynka wieprzowa	70g	-
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jogurt owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt owocowy	125g	M
Jogurt naturalny- DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	200g	M
OBIAD Rosół z lanym ciastem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości , wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	3g	M
Podudzie drobiowe DIETA 1, 2, 6	PI	Olej	10g	-
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
Mięso drobiowe z warzywami DIETA 3, 4, 12, 14	D PA	Pietruszka natka	1g	-
		Cebula	2g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Podudzie drobiowe	100g	-
		Włoszczyzna	15g	SEL
		Filet drobiowy	100g	-
Kapusta czerwona na ciepło DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Koper świeży	1g	-
		Kapusta czerwona, świeża	100g	-
		Mąka pszenna	6g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	4g	-
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	4g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza, świeża	120g	-
KOLACJA Jajka gotowane z dipem ziołowym, sałatka z rukoli i pomidora, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 6	G G	Chleb pszenny	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
		Jaja	100g	J
		Jogurt grecki	15ml	M
		Jogurt naturalny	15ml	M
		Koper świeży	1g	-
		Szczypior, świeży	1g	-
		Rukola, świeża	5g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Pomidor, świeży	50g	-
		Mleko 2%	230ml	M
		Kakao	2g	G
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2112,80kcal/W=283,64g/T=70,58g/B=85,40g/Kw. Tł. Nasy.=28,41g/Cukry=51,52g/S=4,92g/ Bl.=23,13g

Sporządził:

Zatwierdził:

03.11.2024r.

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=2112,80kcal/W=283,64g/T=70,58g/B=85,40g/Kw. Tł. Nasy.=28,41g/Cukry=51,52g/S=4,92g/ Bl.=23,13g

Sporządził:

Zatwierdził: