

04.11.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Filet drobiowy w galarecie, sałata lodowa z rzodkiewką, chleb, masło, kawa inka- 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	3g	-
Filet drobiowy w galarecie, sałata lodowa, chleb, masło, kawa inka DIETA 3, 4		Filet drobiowy w galarecie	100g	SOJ, G
		Salata lodowa	20g	-
		Rzodkiewka, świeża	10g	-
		Kawa inka	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	-
II ŚNIADANIE Owsianka z brzoskwinia i bananem DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Brzoskwinia w syropie	15g	-
		Banan, świeży	30g	-
Budyń- 6 (bez cukru)	G	Budyń	13g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa jarzynowa z kaszą manną DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	7g	M
Sos potrawkowy z jarzynami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Mleko 2%	10ml	M
		Śmietana 12%	7ml	M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
Kluski śląskie DIETA 1, 2	G	Włoszczyzna	12g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	60g	SEL
		Kasza manna	30g	G
Ziemniaki DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mięso drobiowe	100g	-
		Włoszczyzna	12g	SEL
		Ziemniaki	160g/250g	-
Marchew z groszkiem DIETA 1, 2, 6	G	Mąka ziemniaczana	30g	-
		Jaja	10g	J
		Mąka pszenna	10g	G
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew, świeża	100g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4 ,6(bez cukru), 12, 14	G	Mieszanka owocowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Sałatka z makaronem ryżowym, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2(bez papryki), 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	3g	-
		Makaron ryżowy	30g	G
		Papryka czerwona	10g	-
		Kukurydza konserwowa	7g	-
		Szynka wieprzowa	30g	-
		Groszek konserwowy	7g	-
		Jogurt grecki	15g	M
		Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Ogórek kiszony
Śmietana 12%	5g			M
Jaja	25g			J
Ryż biały	30g			G
Mleko 2%	400ml			M
		Herbata	230ml	-

E=2106,96kcal/W=284,06g/T=64,64g/B=95,85g/Kw.Tl.Nasy.=31,22g/Cukry=62,02g/S=8,09g/Bł.=25,26g

Sporządził:

Zatwierdził:

04.11.2024r.

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=2106,96kcal/W=284,06g/T=64,64g/B=95,85g/Kw.Tł.Nasy.=31,22g/Cukry=62,02g/S=8,09g/Bl.=25,26g

Sporządził:

Zatwierdził: