

05.10.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser topiony, ogórek kiszony, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1	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	4g	-
Pasta z jajka, ogórek kiszony, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 2, 6	G	Ser topiony	50g	M
	G	Ogórek kiszony	30g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
		Kawa zbożowa	5g	G
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	-
		Syrop owocowy	15ml	-
Budyń DIETA 6 (bez cukru)	G	Budyń	15g	-
		Cukier	4g	-
OBIAD Zupa grochowa z ziemniakami DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa ziemniaczana z jarzynami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Spaghetti z mięsem mieszanym i makaronem pełnoziarnistym DIETA 1, 2, 6	D	Groch, połówki	10g	-
	G	Ziemniaki	130g	-
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Kalafior, mrożony	12g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	5g	SEL
		Marchew	30g	-
Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	12g	-
	D	Filet drobiowy	50g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
		Makaron pełnoziarnisty, spaghetti	100g	G
Kompot jabłkowo-śliwkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Makaron pszenny, spaghetti	100g	G
		Filet drobiowy	100g	-
		Jabłko, świeże	30g	-
		Śliwka, świeża	20g	-
		Cukier	4g	-
Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]		-	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Nektarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Nektarynka, świeża	100g	-
KOLACJA Szynka wieprzowa, pomidor, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
Szynka drobiowa, mix салат, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Szynka wieprzowa	70g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Pomidor, świeży	50g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Mix салат, świeży	15g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2190,45kcal /W=304,60g/T=63,91g/B=95,39g/Kw.Tl.Nasy.=31,14g/Cukry=75,58g/S=6,35g/Bl.=26,06g

Sporządził:

Zatwierdził:

05.10.2024r.

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=2190,45kcal /W=304,60g/T=63,91g/B=95,39g/Kw.Tł.Nasy.=31,14g/Cukry=75,58g/S=6,35g/Bl.=26,06g

Sporządził:

Zatwierdził: