

05.11.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, pomidor, ketchup, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6 (bez ketchupu)	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%	10g	M
		Cukier	3g	-
		Parówka drobiowa	70g	-
		Pomidor, świeży	50g	-
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Ketchup	20g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Koktajl truskawkowo-bananowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Herbata	230ml	-
		Jogurt naturalny	200ml	M
		Truskawka mrożona	50g	-
		Banan świeży	30g	-
OBIAD Zupa brokułowa z kaszą jaglaną DIETA 1, 6	G	Cukier	3g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	3g	M
Bitki z indyka w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D PA	Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Brokuł, mrożony	50g	SEL
Ćwikła z jabłkiem DIETA 1, 2, 6	BO	Kasza jaglana	30g	-
		Filet z indyka	100g	-
		Kasza jęczmienna	60g	G
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Buraki	80g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Jabłko	50g	-
		Cukier	3g	-
PODWIECZOREK Mandarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Mandarynka, świeża	120g	-
KOLACJA Chalka, dżem owocowy, plaster sera białego, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 3, 4	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	3g	-
		Chalka	100g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Dżem owocowy	50g	-
Szynka drobiowa, papryka czerwona, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 6	G	Twaróg biały	30g	M
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Papryka czerwona	30g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2149,38kcal/W=289,80g/T=72,72g/B=85,01g/Kw.Tl.Nasy.=32,58g/Cukry=79,93g/S=4,95g/Bl.=23,36g

Sporządził:

Zatwierdził:

05.11.2024r.

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=2149,38kcal/W=289,80g/T=72,72g/B=85,01g/Kw.Tł.Nasy.=32,58g/Cukry=79,93g/S=4,95g/Bl.=23,36g

Sporządził:

Zatwierdził: