

10.11.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser żółty, pomidor, 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/ 15g	M
		Cukier	5g	-
		Ser żółty	50g	M
Twarożek, pomidor, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 2, 3, 4, 6 (3, 4- bez pomidora)	G	Pomidor, świeży	50g	-
	G	Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata- DIETA 12, 14	G	Płatki kukurydziane	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Galaretką z owocami DIETA 1, 2, 3, 4	G	Galaretką	13g	-
		Ananas w syropie	7g	-
		Brzoskwinia w syropie	5g	-
Kisiel DIETA 6(bez cukru), 12, 14	G	Kisiel	13g	-
OBIAD Rosół z ryżem białym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cukier	3g	-
		Marchew, świeża/ Pietruszka, korzeń/ Por	15g/7g/ 3g	-/ -/ -
		Seler , korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
Schab wieprzowy duszony w jarzynach DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Cebula	2g	-
		Natka pietruszki, świeża	1g	-
Ziemniaki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ryż biały	30g	-
		Schab wieprzowy	100g	-
		Włoszczyzna	12g	SEL
Surówka z kapusty pekińskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Koper świeży	1g	-
		Kapusta pekińska, świeża	70g	SEL
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko świeże	20g	-/-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt grecki	10g	M
		Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
		Truskawka, mrożona	50g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	5g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Mandarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Mandarynka, świeża	120g	-
KOLACJA Salatka jarzynowa z szynką wieprzową, 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%	10g/ 15g	M
		Cukier	5g	-
		Szynka wieprzowa	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Ogórek kiszony	10g	-
		Groszek konserwowy/ Kukurydza konserwowa	5g/ 5g	-
		Marchew, świeża/ Ziemniaki	40g/ 40g	-/ -
		Jabłko/ Pietruszka	10g/ 5g	-/ -
		Seler	5g	SEL
		Jaja	30g	J
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kasza kuskus	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-

E= 2083,45kcal/W=272,75g/T=69,73g/B=94,38g/Kw.Tl.Nasy.=34,18g/Cukry=56,14g/S=5,31g/Bl.=26,39g

Sporządził:

Zatwierdził:

10.11.2024r.

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= 2083,45kcal/W=272,75g/T=69,73g/B=94,38g/Kw. Tł. Nasy.=34,18g/Cukry=56,14g/S=5,31g/Bl.=26,39g

Sporządził:

Zatwierdził: