

18.10.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser topiony, miks sałat z papryką czerwoną, chleb, masło, herbata DIETA 1	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	4g	-
Twarożek z koperkiem, mix sałat, chleb, masło, herbata DIETA 2, 3, 4, 6	G	Ser topiony	50g	M
		Miks sałat, świeży	10g	-
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Twaróg biały	70g	M
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Śmietana 12%	5g	M
		Koper, świeży	1g	-
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny DIETA 3, 6	G	Jogurt naturalny	200g	M
OBIAD Zupa pomidorowa z kaszą jęczmienną DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/-
		Seler, korzeń	6g	SEL
Zupa jarzynowa z kaszą jęczmienną DIETA 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
Jajko w sosie koperkowym DIETA 1, 2, 6	G	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	25g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Ryba duszona w sosie koperkowym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Koncentrat pomidorowy	10g	-
		Kasza jęczmienna, średnia	30g	G
		Jaja	100g	J
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Koper, świeży	1g	-
		Miruna, mrożona	100g	R
		Włoszczyzna, mrożona	12g	-
		Ziemniaki	250g	-
Surówka z kapusty kiszonej DIETA 1, 2, 6	BO	Kapusta kiszona	70g	-
		Marchew, świeża	15g	-
		Jabłko, świeże	25g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew kostka, 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, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan, świeży	120g	-
KOLACJA Paprykarz z makrelą w sosie pomidorowym z warzywami, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 6	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	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	70g	R
		Ryż biały	30g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Marchew	10g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2204,54kcal /W=303,84g/T=75,29g/B=80,20g/Kw.Tl.Nasy.=34,27g/Cukry=74,45g/S=5,71g/Bl.=23,52g

Sporządził:

Zatwierdził:

18.10.2024r.

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=2204,54kcal /W=303,84g/T=75,29g/B=80,20g/Kw.Tł.Nasy.=34,27g/Cukry=74,45g/S=5,71g/Bl.=23,52g

Sporządził:

Zatwierdził: