

19.10.2024r.

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	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	-
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12,14	G	Pomidor, świeży	50g	-
	G	Ketchup	20g	-
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Jaglanka z truskawką i bananem DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Syrop owocowy	15ml	-
Jogurt naturalny DIETA 6	G	Jogurt naturalny	150g	M
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa ogórkowa z ziemniakami DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/-
		Seler, korzeń	6g	SEL
Zupa jarzynowa z ziemniakami DIETA 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	10ml	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
Gołąbki z ryżem, miksem kasz i mięsem mieszanym DIETA 1, 6	D	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Ziemniaki	130g	-
		Ogórek kiszony	35g	-
Risotto z miksem kasz, warzywami i mięsem mieszanym DIETA 2	PA	Cebula	2g	-
	D	Kapusta włoska	100g	-
		Ryż biały	20g	-
		Ryż brązowy	20g	-
Risotto z ryżu białego, warzyw i mięsa drobiowego DIETA 3, 4, 12, 14	PA	Kasza jęczmienna	15g	G
	D	Kasza gryczana	15g	G
		Filet drobiowy	50g	-
		Mięso wieprzowe z szynki	30g	-
Sos pomidorowy DIETA 1, 2, 6	G	Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Ryż biały	70g	-
		Filet drobiowy	80g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12,14	G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Szynka z indyka, sałatka lodowa z rzodkiewką, chleb, masło, kawa zbożowa 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	3g	-
		Szynka z indyka	70g	-
Szynka z indyka, sałata lodowa, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 3, 4	G	Salata lodowa, świeża	20g	-
		Rzodkiewka, świeża	10g	-
		Mleko 2%	230ml	M
		Kawa zbożowa	5g	G
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Płatki owsiane	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2177,19kcal /W=285,80g/T=76,96g/B=86,33g/Kw.Tl.Nasy.=33,39g/Cukry=67,56g/S=6,93g/Bl.=24,77g

Sporządził:

Zatwierdził:

19.10.2024r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

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=2177,19kcal /W=285,80g/T=76,96g/B=86,33g/Kw.Tł.Nasy.=33,39g/Cukry=67,56g/S=6,93g/Bl.=24,77g

Sporządził:

Zatwierdził: