

21.10.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Szynka wieprzowa, sałata lodowa z rzodkiewką, 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	3g	-
Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, kawa inka DIETA 3, 4	G	Szynka wieprzowa	70g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Sałata lodowa, świeża	15g	-
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
Zupa mleczna z makaronem świderki, chleb, masło, herbata DIETA, 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Kawa inka	2g	G
	G	Makaron pszenny, świderki	25g	G
II ŚNIADANIE Owsianka z truskawką i bananem DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru) 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Truskawka, mrożona	30g	-
		Banan, świeży	30g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa krem z dyni z grzankami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	20g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
Jajko sadzone DIETA 1, 2	S	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Dynia kostka, mrożona	100g	-
Mięso drobiowe duszone DIETA 3, 4, 6, 12, 14	D	Pomidory, świeże	30g	-
		Ziemniaki	100g	-
		Cebula	2g	-
Ziemianki z koperkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Bułka pszenna, czerstwa	30g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Ser topiony	1g	M
		Smietanka 30%	5ml	M
½ porcji fasolki szparagowej na ciepło DIETA 1, 2, 6	G	Jaja	100g	J
		Mięso drobiowe	100g	-
Buraczki na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14 ½ porcji- 1, 2, 6	G	Ziemniaki	250g	-
		Koper, świeży	1g	-
		Fasolka szparagowa, mrożona	50g	SEL
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12, 14	G	Buraki, świeże	50g/100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	3g	-
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Pomarańcza, świeża	120g	-
KOLACJA Paprykarz z makrelą w sosie pomidorowym z warzywami, chleb, masło, herbata 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	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Ryż biały	30g	-
		Marchew	10g	-
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Ryż brązowy	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2172,50kcal/W=304,18g/T=68,07g/B=89,37g/Kw.Tł.Nasy.=27,89g/Cukry=59,96g/S=5,62g/Bl.=28,95g

Sporządził:

Zatwierdził:

21.10.2024r.

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=2172,50kcal/W=304,18g/T=68,07g/B=89,37g/Kw.Tł.Nasy.=27,89g/Cukry=59,96g/S=5,62g/Bl.=28,95g

Sporządził:

Zatwierdził: