

30.10.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	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%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
Konserwa rybna, pomidor, chleb graham, masło, bawarka DIETA 6	G	Pomidor, świeży	50g	-
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny DIETA 3, 6	BO	Jogurt naturalny	200g	M
OBIAD Zupa pęczakowa z jarzynami i soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
Zupa krupnik z jarzynami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Olej	5g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Pierogi ruskie DIETA 1, 2	G	Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Kasza pęczak	30g	G
Mięso drobiowe w sosie własnym DIETA 3, 4, 6, 12, 14	D	Kasza jęczmienna, średnia	30g	G
		Soczewica zielona	10g	-
		Mąka pszenna	70g	G
		Jaja	5g	J
Ziemniaki DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	100g/250g	-
		Cebula	5g	-
		Twaróg biały	40g	M
		Filet drobiowy	100g	-
Marchew na ciepło DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Marchew, świeża	100g	-
		Mieszanka owocowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	4g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubezyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko, świeże	150g	-
KOLACJA Pasta z mięsa z warzywami, mix салат, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	PI 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%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Filet drobiowy	60g	-
		Włoszczyzna, mrożona	30g	SEL
		Marchew, świeża	15g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Olej	5g	-
		Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Mix салат, świeży
Ryż biały	30g			-
Mleko 2%	400ml			M
Herbata	230ml			-

E=2192,98kcal /W=313,22g/T=65,73g/B=86,08g/Kw.Tl.Nasy.=32,90g/Cukry=85,70g/S=4,20g/Bl.=25,69g

Sporządził:

Zatwierdził:

30.10.2024r.

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=2192,98kcal /W=313,22g/T=65,73g/B=86,08g/Kw.Tł.Nasy.=32,90g/Cukry=85,70g/S=4,20g/Bl.=25,69g

Sporządził:

Zatwierdził: