

02.12.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Szynka drobiowa, sałata lodowa z rzodkiewką, chleb, masło, kakao 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, kakao DIETA 3, 4	G	Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Sałata lodowa, świeża	15g	-
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
		Mleko 2%	230ml	M
		Kakao	2g	G
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA, 12, 14	G	Kasza jęczmienna	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Syrop owocowy	15ml	-
Budyń DIETA 6(bez cukru)	G	Cukier	3g	-
		Budyń	13g	-
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
		Olej	10g	-
Jajko sadzone DIETA 1, 2	S	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Dynia kostka, mrożona	100g	-
		Pomidory, świeże	30g	-
Mięso drobiowe duszone DIETA 3, 4, 6, 12, 14	D	Ziemniaki	100g	-
		Cebula	2g	-
		Bułka pszenna, czerstwa	30g	G, SOJ, SEZ, M, J
Ziemianki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ser topiony	1g	M
		Śmietanka 30%	5ml	M
		Jaja	100g	J
½ porcji fasolki szparagowej na ciepło DIETA 1, 2, 6	G	Mięso drobiowe	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
Buraczki na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14 ½ porcji- 1, 2, 6	G	Fasolka szparagowa, mrożona	50g	SEL
		Buraki, świeże	50g/100g	SEL
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, GOR
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza, świeża	120g	-
KOLACJA Filety z makreli w sosie pomidorowym, rukola, 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	70g	R
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Rukola, świeża	5g	-
	G	Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

LEGENDA:

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:

02.12.2024r.

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

Bł.- 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/Bł.=28,95g

Sporządził:

Zatwierdził: