

04.12.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Ser żółty, sałatka z rzodkiewką, chleb, masło, bawarka DIETA 1	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, sałatka z rzodkiewką, chleb, masło, bawarka DIETA 2, 6	G	Ser żółty	50g	M
	G	Sałata lodowa, świeża	10g	-
		Rzodkiewka, świeża	5g	-
		Szynka z indyka	70g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Herbata	130ml	-
	G	Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	100ml/ 400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Kisiel z bananem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Kisiel	13g	-
		Cukier	3g	-
		Banan, świeży	30g	-
OBIAD Zupa grochowa z ziemniakami DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
Zupa jarzynowa z ziemniakami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowym i mięsem mieszanym DIETA 1, 2, 6	D	Groch, połówki	10g	-
	G	Ziemniaki	130g	-
		Marchew	30g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14	G	Koncentrat pomidorowy	12g	-
	D	Filet drobiowy	50g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	70g	G
		Makaron pszenny, świderki	70g	G
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Filet drobiowy	100g	-
		Truskawka, mrożona	50g	-
		Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Mandarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Mandarynka, świeża	120g	-
KOLACJA Drożdźówka z marmoladą, chleb, plaster sera białego, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 3, 4	PI G	Chleb pszenny	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	3g	-
		Mąka pszenna	40g	G
		Mleko2%	100ml	M
Twarożek z koperkiem, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 6	G	Drożdże, instant	1g	-
		Masło 82%	7g	-
		Jaja	4g	J
		Cukier / Cukier wanilinowy	11g / 1g	-
		Marmolada	20g	-
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Twaróg biały	30g/ 70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Kasza kuskus	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2138,93kcal /W=289,98g/T=68,47g/B=89,40g/Kw.Tl.Nasy.=34,19g/Cukry=68,81g/S=3,98g/Bl.=25,33g

Sporządził:

Zatwierdził:

04.12.2024r.

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=2138,93kcal /W=289,98g/T=68,47g/B=89,40g/Kw.Tł.Nasy.=34,19g/Cukry=68,81g/S=3,98g/Bl.=25,33g

Sporządził:

Zatwierdził: