

12.11.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Paszтет drobiowy, pomidor, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30g	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	3g	-
		Paszтет drobiowy	70g	G, J
		Pomidor, świeży	50g	-
		Mleko 2%	230ml	M
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kasza manna	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Koktajl owocowy z jogurtem i płatkami owsianymi DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Jogurt naturalny/ Mleko 2%	100ml/ 50ml	M/ M
		Mieszanka owocowa, mrożona	50g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Płatki owsiane	30g	G
		Cukier	3g	-
OBIAD Zupa ogórkowa z lanym ciastem DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/ -
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	5g	M
Zupa jarzynowa z lanym ciastem DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	5ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
Bigos z kapusty białej z mięsem drobiowym DIETA 1, 6	D	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mąka pszenna	30g	-
		Jaja	10g	-
		Ogórek kiszony	20g	-
Mięso drobiowe w sosie własnym DIETA 2, 3, 4, 12, 14	D	Kapusta biała, świeża	116g	
		Marchew, świeża	25g	
		Włoszczyzna, mrożona	25g	
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Mięso z piersi kurczaka	100g/ 70g	-
		Koncentrat pomidorowy	4g	-
		Ziemniaki	250g	-
Marchew na ciepło DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Marchew kostka, mrożona	100g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	3g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, liść laurowy, ziele angielskie]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan, świeży	120g	-
KOLACJA Salatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2 (bez papryki), 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	4g	-
		Kapusta pekińska/ Pomidor	30g/ 10g	-/ -
Szynka z indyka, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4		Filet drobiowy	30g	-
		Papryka czerwona / Ogórek kiszony	10g /12g	-/ -
		Szynka z indyka	70g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Olej	5g	-
	G	Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2028,86kcal/W=279,72g/T=65,93g/B=80,23g/Kw.Tł.Nasy.=29,74g/Cukry=61,65g/S=5,09g/Bł.=27,50g

Sporządził:

Zatwierdził:

12.11.2024r.

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=2028,86kcal/W=279,72g/T=65,93g/B=80,23g/Kw.Tł.Nasy.=29,74g/Cukry=61,65g/S=5,09g/Bl.=27,50g

Sporządził:

Zatwierdził: