

15.11.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, 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	-
Konserwa rybna, papryka czerwona, chleb graham, masło, bawarka DIETA 6	G	Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
II ŚNIADANIE Jabłko, świeże DIETA 1, 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-
Jabłko, pieczone DIETA 2, 3, 4, 12, 14	PI			
OBIAD Zupa krupnik z jarzynami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
Mąka pszenna	15g	G		
Pulpety rybne w sosie koperkowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Miruna, bez skóry	100g	R
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Bułka czerstwa	10g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	5g	J
		Ziemniaki	250g	-
Surówka z selera i jabłka DIETA 1, 2, 6	BO	Koper, świeży	1g	-
		Seler, korzeń	80g	SEL
		Jabłko	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Szpinak, mrożony	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	4g	-
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]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	-
Jogurt naturalny DIETA 3, 6	G	Jogurt naturalny	200g	-
KOLACJA Salatka z buraka, 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%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Buraki czerwone, świeże	75g	-
		Ogórek kiszony	20g	-
Twarożek z ziołami, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Groszek konserwowy	5g	-
		Jaja	30g	J
		Jogurt grecki	20g	M
		Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Przyprawy[Zioła prowansalskie, sól, kwasek cytr.]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2104,42kcal /W=294,10g/T=69,53g/B=80,65g/Kw.Tl.Nasy.=33,92g/Cukry=77,33g/S=4,42g/Bl.=28,58g

Sporządził:

Zatwierdził:

15.11.2024r.

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=2104,42kcal /W=294,10g/T=69,53g/B=80,65g/Kw.Tł.Nasy.=33,92g/Cukry=77,33g/S=4,42g/Bl.=28,58g

Sporządził:

Zatwierdził: