

18.11.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z makaronem nitki, 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, sałata lodowa, chleb/bułka, masło, bawarka DIETA 6	G	Salata lodowa, świeża	15g	-
	G	Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Makaron nitki	25g	G, J
		Mleko 2%	400ml	M
	Herbata	230ml	-	
II ŚNIADANIE Koktajl zielony DIETA 1, 2, 12, 14	BO	Szpinak mrożony	25g	SEL
		Sok pomarańczowy	70ml	-
Jabłko- DIETA 3, 4, 6	BO	Jabłko	50g/ 150g	-
		Banan	30g	-
OBIAD Barszcz czerwony z jajkiem i soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	8g	M
Barszcz czerwony z jajkiem DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Buraki, świeże	45g	-
Zapiekanka ziemniaczana z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G PA	Koncentrat buraczany	6ml	-
		Jaja	50g	J
		Ziemniaki	250g	-
		Brokuł, mrożony	25g	SEL
		Marchew mrożona, kostka	25g	-
		Kalafior, mrożony	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	50g	SEL
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
		Fasolka szparagowa, mrożona	25g	SEL
		Kukurydza konserwowa	10g	-
Sos koperkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Groszek konserwowy	10g	-
		Filet drobiowy	80g	-
		Koper, świeży	5g	-
		Jabłko, świeże	50g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	4g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon, 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 Filet drobiowy w galarecie, pomidor, chleb, masło, bawarka 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	-
Filet drobiowy w galarecie, chleb, masło, bawarka DIETA 3, 4		Filet drobiowy w galarecie	100g	G, SOJ
		Pomidor	50g	-
		Herbata	130ml	-
		Mleko 2%	100ml	M
Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Kasza kuskus	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2056,14kcal/W=275,24g/T=65,03g/B=91,07g/Kw.Tł.Nasy.=30,88g/Cukry=78,88g/S=7,62g/Bł.=25,05g

Sporządził:

Zatwierdził:

18.11.2024r.

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=2056,14kcal/W=275,24g/T=65,03g/B=91,07g/Kw.Tł.Nasy.=30,88g/Cukry=78,88g/S=7,62g/Bl.=25,05g

Sporządził:

Zatwierdził: