

19.11.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, ogórek kiszony, ketchup, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6(bez ketchupu)	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%	10g	M
		Cukier	3g	-
		Parówka drobiowa	90g	-
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Ogórek kiszony	30g	-
		Ketchup	20g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Owsianka z brzoskwinią, bananem DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Brzoskwinia w syropie	20g	-
		Banan	35g	-
Budyń- DIETA 6 (bez cukru)	G	Budyń	15g	-
		Cukier	4g	-
OBIAD Zupa koperkowa z tartym grysikiem 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%	3g	M
Gulasz z indyka z warzywami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
Kasza gryczana DIETA 1, 2, 6	G	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Koper świeży	5g	-
		Kasza manna	30g	G
Kasza jaglana DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jaja	10g	J
		Filet z indyka	100g	-
		Włoszczyzna	12g	SEL
Buraki czerwone DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kasza jaglana	60g	-
		Buraki czerwone	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]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12,14	BO	Pomarańcza, świeża	120g	-
KOLACJA Salatka ryżowa z tuńczykiem, chleb, masło, kawa zbożowa 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	70g	SOJ, M
Szynka drobiowa, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 3, 4	G	Ryż biały	40g	-
		Tuńczyk w sosie własnym	42g	R
		Papryka czerwona, świeża	17g	-
		Kukurydza konserwowa	7g	-
		Szczypior, świeży/ Koper świeży	2g/ 2g	- / -
		Jogurt grecki	10g	M
		Przyprawy[sól, pieprz, czosnek]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Kawa zbożowa	5g	G
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2293,00kcal /W=303,40g/T=77,62g/B=93,78g/Kw.Tl.Nasy.=32,80g/Cukry=61,77g/S=6,26g/Bl.=23,98g

Sporządził:

Zatwierdził:

19.11.2024r.

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 posilków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2293,00kcal /W=303,40g/T=77,62g/B=93,78g/Kw.Tł.Nasy.=32,80g/Cukry=61,77g/S=6,26g/Bl.=23,98g

Sporządził:

Zatwierdził: