

25.12.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Paszтет, pomidor, 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	-
		Paszтет wieprzowo-drobiowy	70g	G, J
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12,14	G	Pomidor, świeży	50g	-
		Mleko 2%	230ml	M
	G	Kawa zbożowa	5g	G
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Owsianka z bananem i truskawką DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Banan, świeży	30g	-
		Truskawka, mrożona	30g	-
		Cukier	3g	-
OBIAD Rosół z makaronem nitki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400ml	-
		Marchew, świeża	15g	-
		Pietruszka korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	-
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	3g	M
		Mleko 2%	10g	M
Schab w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cebula	2g	-
		Makaron pszenny, nitki	25g	G
		Schab wieprzowy	100g	-
Surówka z marchewki, jabłka, selera i pora z jogurtem DIETA 1, 2, 6	BO	Włoszczyzna	12g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
		Marchew, świeża	70g	-
		Jabłko	30g	-
		Seler, korzeń	5g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Por, świeży	3g	-
		Jogurt grecki	15g	M
		Włoszczyzna	100g	SEL
		Jabłko, świeże	50g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12,14	G	Cukier	3g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
PODWIECZOREK Kiwi- DIETA 1, 2, 6	BO	Kiwi, świeże	100g	-
KOLACJA Salatka jarzynowa z szynką wieprzową, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
	G	Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	3g	-
		Jogurt grecki	15g	M
		Ogórek kiszony	10g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
Szynka drobiowa, chleb/bułka, masło, herbata- DIETA 3,4	G	Seler, korzeń	5g	SEL
		Jaja	20g	J
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Marchew, świeża	40g	-
		Ziemniaki	40g	-
	G	Jabłko, świeże	10g	-
		Szynka wieprzowa	30g	-
		Szynka drobiowa	70g	G
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2093,27kcal /W=288,46g/T=65,32g/B=92,78g/Kw.Tl.Nasy.=27,09g/Cukry=68,68g/S=5,62g/Bl.=27,90g

Sporządził:

Zatwierdził:

25.12.2024r.

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=2093,27kcal /W=288,46g/T=65,32g/B=92,78g/Kw. Tł. Nasy.=27,09g/Cukry=68,68g/S=5,62g/Bl.=27,90g

Sporządził:

Zatwierdził: