

14.01.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Parówka drobiowa, pomidor, 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	70g	-
		Pomidor, świeży	50g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Ketchup	20g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Koktajl truskawkowo-bananowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Herbata	230ml	-
		Jogurt naturalny	200ml	M
		Truskawka mrożona	50g	-
		Banan świeży	30g	-
OBIAD Zupa brokułowa z kaszą jaglaną DIETA 1, 6	G	Cukier	3g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	3g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
Bitki z indyka w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D PA	Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Brokuł, mrożony	50g	SEL
		Kasza jaglana	30g	-
Surówka z kapusty pekińskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Filet z indyka	100g	-
		Kasza jęczmienna	60g	G
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kapusta biała, świeża	70g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
		Marchew, świeża	15g	-
		Jogurt grecki	15g	M
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Jabłko	50g	-
		Cukier	3g	-
PODWIECZOREK Kiwi DIETA 1, 2, 6	BO	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Kiwi, świeże	100g	-
KOLACJA Chalka, dżem owocowy, plaster sera białego, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4	G	Chleb pszenny	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	3g	-
		Chalka	100g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Dżem owocowy	2x 25g	-
Konserwa rybna, papryka czerwona, chleb, masło, kawa inka DIETA 6	G	Twaróg biały	30g	M
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Papryka czerwona	30g	-
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2158,42kcal/W=287,89g/T=74,41g/B=85,59g/Kw.Tł.Nasy.=33,59g/Cukry=87,81g/S=4,92g/Bl.=23,23g

Sporządził:

Zatwierdził:

14.01.2025r.

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=2158,42kcal/W=287,89g/T=74,41g/B=85,59g/Kw.Tł.Nasy.=33,59g/Cukry=87,81g/S=4,92g/Bl.=23,23g

Sporządził:

Zatwierdził: