

24.01.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą jaglaną, 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	-
		Kasza jagłana	30g	-
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
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 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	-
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	Seler, korzeń	80g	SEL
		Jabłko	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew mrożona, kostka	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	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
KOLACJA Salatka z buraka czerwonego, 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	50g	J
		Jogurt grecki	20g	M
		Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Przyprawy[Zioła prowansalskie, sól, kwasek cytr.]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

E=2103,57kcal /W=289,93g/T=70,14g/B=81,04g/Kw.Tl.Nasy.=34,24g/Cukry=76,14g/S=4,87g/Bl.=30,92g

Sporządził:

Zatwierdził:

24.01.2025r.

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=2103,57kcal /W=289,93g/T=70,14g/B=81,04g/Kw.Tł.Nasy.=34,24g/Cukry=76,14g/S=4,87g/Bl.=30,92g

Sporządził:

Zatwierdził: