

27.01.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY			
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G G	Chleb pszenny	120-30g	G, SOJ, SEZ, M, J		
		Chleb graham	120-30g	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	Sałata lodowa, świeża	15g	-		
	G	Mleko 2%	100ml	M		
		Herbata	130ml	-		
		Kasza manna	30g	G		
		Mleko 2%	400ml	M		
		Herbata	230ml	-		
II ŚNIADANIE Jabłko świeże DIETA 1, 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-		
Jabłko pieczone DIETA 2, 3, 4, 12, 14	PI/PA					
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%	5g	M		
Barszcz czerwony z jajkiem DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	10g	M		
		Śmietana 12%	5g	M		
		Olej	10g	-		
		Mąka pszenna	20g	G		
		Włoszczyzna	25g	SEL		
		Buraki, świeże	45g	-		
		Konsentrat buraczany	6ml	-		
		Jaja	50g	J		
Zapiekanka ziemniaczana z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G PA	Soczewica zielona, nasiona suche	10g	-		
		Ziemniaki	250g	-		
		Brokuł, mrożony	25g	SEL		
		Marchew mrożona, kostka	25g	-		
		Kalafior, mrożony	25g	SEL		
		Mieszanka 7-składnikowa	50g	SEL		
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL		
		Sos koperkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Fasolka szparagowa, mrożona	25g	SEL
				Kukurydza konserwowa	10g	-
				Groszek konserwowy	10g	-
				Filet drobiowy	80g	-
				Koper, świeży	5g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL		
		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, 6	BO	Banan, świeży	120g	-		
KOLACJA Szynka drobiowa, sałata czerwona strzępiasta z pomidorem, 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	-		
		Szynka drobiowa, sałata czerwona strzępiasta, chleb, masło, bawarka DIETA 3, 4		Szynka drobiowa	70g	-
Pomidor	30g			-		
Sałata czerwona strzępiasta, świeża	10g			-		
Herbata	130ml			-		
Mleko 2%	100ml			M		
Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Ryż brązowy	30g	-		
	G	Mleko 2%	400ml	M		
		Herbata	230ml	-		

E=2070,07kcal/W=277,82g/T=64,36g/B=89,57g/Kw.Tł.Nasy.=30,20g/Cukry=72,87g/S=6,73g/Bł.=35,35g

Sporządził:

Zatwierdził:

27.01.2025r.

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 posilków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

E=2070,07kcal/W=277,82g/T=64,36g/B=89,57g/Kw.Tł.Nasy.=30,20g/Cukry=72,87g/S=6,73g/Bl.=35,35g

Sporządził:

Zatwierdził: