

12.01.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
ŚNIADANIE Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 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%	10g/ 15g	M
		Cukier	8g	-
Pasta z sera białego z ogórkiem kiszonym, papryka, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G	Papryka czerwona	50g	-
		Ogórek kiszony	10g	-
		Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 2%	5g	M
Pasta z sera białego, chleb, masło, bawarka DIETA 3, 4	G	Herbata	130ml	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Kasza kuskus	25g	G
		Mleko 2%	450ml	M
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Herbata	230ml	-
		Mleko 2%	230ml	M
		Kasza manna	25g	G
Kisiel (bez cukru) DIETA 6	G	Syrop owocowy	10ml	-
OBIAD Zupa krupnik z soczewicą zieloną DIETA 1	G	Kisiel	13g	G
		Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	15g	M
Zupa krupnik DIETA 2, 3, 4, 5, 6, 12, 14	G	Seler	5g	SEL
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
Pulpety rybne DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Kasza jęczmienna	25g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Soczewica zielona	10g	-
		Ryba miruna	100g	R
		Bułka	10g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	5g	J
Surówka z kapusty włoskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Kapusta włoska	70g	-
		Marchew	20g	-
Szpinak na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jabłko	30g	-
		Szpinak mrożony	100g	SEL
		Truskawka mrożona	40g	-
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cukier	8g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan	150g	-
KOLACJA Sałatka z buraczków, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	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/15g	M
		Cukier	8g	-
		Buraki	60g	-
		Ogórek kiszony	10g	-
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Jabłko	15g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Jaja	51g	J
		Jogurt grecki	15g	M
		Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

E=2315,66kcal /W=330,75g/T=70,1g/B=89,58g/Kw.Tl.Nasy.=30,96g/Cukry=68,88g/S=3,6g/Bl.=4,64g

Sporządził:

Zatwierdził:

12.01.2024r.

LEGENDA:

Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:

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=2315,66kcal /W=330,75g/T=70,1g/B=89,58g/Kw.Tł.Nasy.=30,96g/Cukry=68,88g/S=3,6g/Bl.=4,64g

Sporządził:

Zatwierdził: