

# 18.03.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b>  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	8g	-
		Parówka drobiowa	70g	G
Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Pomidor	50g	-
		Ketchup	20g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE  Owsianka z brzoskwinia i ananasem DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Herbata	230ml	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	200ml	M
		Brzoskwinia w syropie	8g	-
Jogurt naturalny DIETA 6	G	Ananas w syropie	12g	-
		Cukier	3g	-
<b>OBIAD</b>  Zupa gulaszowa z jarzynami i ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G G	Jogurt naturalny	150g	M
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	6g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5g	-
		Mąka pszenna	10g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL		
Ryż biały z jabłkiem i cynamonem słodzony DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	PA D	Seler	5g	SEL
		Ziemniaki	50g	-
		Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Filet drobiowy	40g	-
		Ryż biały	100g	-
Ryż brązowy z jabłkiem i truskawką niesłodzony DIETA 6 (bez cukru)	PA D	Ryż brązowy	100g	-
		Mleko 2%	150ml	M
		Cukier	3g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
		Jabłko	100g	-
		Cynamon	1g	-
		Mleko 2%	80g	M
Sos waniliowy DIETA 1, 2, 3, 4	G	Budyń waniliowy	3g	-
		Mąka pszenna	14g	G
		Mąka ziemniaczana	7g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12,14	G	Cukier	3g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	8g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
<b>PODWIECZOREK</b> Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza (połówka)	130g	-
<b>ŚNIADANIE</b>  Twarożek z makrelą, 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%	10g	M
		Cukier	8g	-
Twarożek, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Twaróg biały	50g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Makrela wędzona	25g	R
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

**E= 2313,53kcal/W=325,81g/T=76,50g/B=81,35g/Kw.Tl.Nasy.=34,89g/Cukry=88,43g/S=5,48g/Bl.=21,97g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 18.03.2024r.

## **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 posilków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.**

**E= 2313,53kcal/W=325,81g/T=76,50g/B=81,35g/Kw. Tł. Nasy.=34,89g/Cukry=88,43g/S=5,48g/Bl.=21,97g**

Sporządził:

Zatwierdził: