

# 27.03.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Zupa mleczna z makaronem nitki, 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%	10g	M
		Cukier	8g	-
Pasta z jajka z ogórkiem kiszonym i koperkiem, chleb, masło, bawarka DIETA 6	G	Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
		Ogórek kiszony	15g	-
		Koper świeży	1g	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Makaron nitki	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
II ŚNIADANIE Galaretka z owocami DIETA 1, 2, 3, 4	G	Herbata	230ml	-
		Galaretka	13g	-
		Ananas w syropie	7g	-
Budyń DIETA 6(bez cukru), 12, 14	G	Brzoskwinia w syropie	5g	-
		Budyń	13g	-
<b>OBIAD</b> Zupa gulaszowa z soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Cukier	5g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	15g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	15g	-
Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
Ryż biały z musem truskawkowym słodzonym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	PA D	Seler	5g	SEL
		Ziemniaki	50g	-
		Soczewica zielona	15g	-
		Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Filet drobiowy	40g	-
Ryż brązowy z musem truskawkowym niesłodzonym DIETA 6	PA D	Ryż biały	100g	-
		Ryż brązowy	100g	-
		Mleko 2%	200ml	M
		Cukier	5g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Truskawka, mrożona	80g	-
		Śmietanka 30%	3ml	-
		Jabłko	50g	-
		Cukier	8g	-
PODWIECZOREK Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Banan	120g	-
<b>KOLACJA</b> Filet drobiowy w galarecie, pomidor, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
Filet drobiowy w galarecie, chleb/ bułka, masło, herbata DIETA 3, 4		Cukier	8g	-
		Filet drobiowy w galarecie	100g	G, SOJ
		Pomidor	50g	-
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

**E=2224,96kcal/W=330,75g/T=64,60g/B=79,80g/Kw.Tł. Nasy.=29,5g/Cukry=90,48g/S=6,75g/ Bł.=21,27g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 27.03.2024r.

## **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=2224,96kcal/W=330,75g/T=64,60g/B=79,80g/Kw.Tł. Nasy.=29,5g/Cukry=90,48g/S=6,75g/ Bl.=21,27g**

Sporządził:

Zatwierdził: