

# 01.04.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Ser żółty, ogórek kiszony, chleb, masło, bawarka <b>DIETA 1</b>	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	10g	-
<b>Pasta z jajka, ogórek kiszony, chleb, masło, bawarka <b>DIETA 2, 6</b></b>	G	Ser żółty	50g	M
		Ogórek kiszony	35g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
		Mleko 2%	100ml	M
<b>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata <b>DIETA 3, 4, 12,14</b></b>	G	Herbata	130ml	-
	G	Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Sok owocowy <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14</b>	BO	Sok owocowy	330ml	-
<b>Kisiel (bez cukru)</b> <b>DIETA 6</b>	BO	Kisiel	13g	-
<b>OBIAD</b> Zupa dyniowa z ziemniakami <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Seler	5g	SEL
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
<b>Indyk duszony w sosie własnym <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b></b>	D	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	8g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
<b>Ziemniaki</b> <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	G	Ziemniaki	100g	-
		Dynia-kostka, mrożona	100g	-
<b>Fasolka szparagowa z wody</b> <b>DIETA 1, 2, 6</b>	G	Cebula	2g	-
		Filet z indyka	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
<b>Szpinak na ciepło</b> <b>DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Fasola szparagowa, mrożona	100g	SEL
		Szpinak rozdrobniony, mrożony	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
<b>Kompot owocowy</b> <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14</b>	G	Przyprawy [majeranek, lubezyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, imbir, gałka muszkatołowa, czosnek]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
<b>PODWIECZOREK</b> Jogurt z owsianką <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14</b>	BO	Jogurt z owsianką	200g	M
<b>Jogurt naturalny</b> <b>DIETA 6</b>	BO	Jogurt naturalny	150g	M
<b>KOLACJA</b> Galareta drobiowa, chleb, masło, herbata <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6</b>	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	10g	-
		Udko drobiowe	30g	-
		Filet drobiowy	20g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	4g	SEL
		Marchew, świeża	10g	-
		Natka pietruszki, liście	1g	-
		<b>Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata <b>DIETA 12, 14</b></b>	G G	Włoszczyzna
Groszek konserwowy	5g			-
Żelatyna	12g			-
Ryż biały	30g			-
Mleko 2%	400ml			M
		Herbata	230ml	-

**E=2126,45kcal /W=287,28g/T=63,89g/B=94,94g/Kw.Tl.Nasy.=32,5g/Cukry=106,29g/S=4,76g/Bl.=21,20g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 01.04.2024r.

## **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

**Bł.**- 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=2126,45kcal /W=287,28g/T=63,89g/B=94,94g/Kw. Tł. Nasy.=32,5g/Cukry=106,29g/S=4,76g/Bł.=21,20g**

Sporządził:

Zatwierdził: