

# 09.05.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Żurek z jajkiem i kielbasą, 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	M
		Cukier	8g	-
		Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	20g	G
		Mleko 2%	15g	M
Szynka z indyka, sałata zielona, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 6	G	Śmietana 12%	3g	M
		Jaja	25g	J
		Kielbasa	30g	-
		Szynka z indyka	70g	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Koktajl truskawkowo- bananowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Salata zielona	10g	-
		Herbata	230ml	-
		Jogurt naturalny	180ml	M
		Truskawka mrożona	50g	-
		Banan świeży	20g	-
		Cukier	3g	-
		<b>OBIAD</b> Zupa dyniowa z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar
Marchew	25g			-
Masło 82%	8g			M
Mleko 2%	15g			M
Seler	5g			SEL
Śmietana 12%	5g			M
Olej	10g			-
Mąka pszenna	20g			G
Goląbki z ryżem, miksem kasz i mięsem mieszanym DIETA 1, 6	D	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Dynia mrożona, kostka	60g	-
Risotto z miksem kasz, warzywami i mięsem mieszanym DIETA 2	PA D	Ziemniaki	130g	-
		Cebula	2g	-
		Kapusta włoska	150g	-
		Ryż biały	30g/100g	-
		Ryż brązowy	30g	-
Risotto z ryżu białego, warzyw i mięsa drobiowego DIETA 3, 4, 12, 14	PA D	Kasza jęczmienna/ Kasza gryczana	20g/ 20g	G
		Filet drobiowy	70g/ 100g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
Sos pomidorowy DIETA 1, 2, 6	G	Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	8g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
<b>PODWIECZOREK</b> Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko	150g	-
<b>KOLACJA</b> Salatka jarzynowa z szynką wieprzową, chleb, masło, bawarka 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	M
		Cukier	8g	-
		Szynka wieprzowa	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
		Ogórek kiszony	10g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Marchew	40g	-
		Ziemniaki	40g	-
		Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Jabłko
Pietruszka	5g			-
Seler	5g			SEL
Jaja	30g			J
Kasza manna	30g			G
Mleko 2%	400ml/100ml			M
Herbata	230ml/ 130ml	-		

**E=2289,15kcal /W=326,46g/T=66,08g/B=96,73g/Kw.Tl.Nasy.=29,29g/Cukry=71,84g/S=5,05g/Bl.=29,53g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 09.05.2024r.

## **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=2289,15kcal /W=326,46g/T=66,08g/B=96,73g/Kw.Tł.Nasy.=29,29g/Cukry=71,84g/S=5,05g/Bl.=29,53g**

Sporządził:

Zatwierdził: