

# 13.04.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
<b>ŚNIADANIE</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi, 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	10g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
<b>Szynka drobiowa, ogórek kiszony, chleb, masło, bawarka DIETA 6</b>	G	Ogórek kiszony	15g	-
		Mleko 2%	100ml	M
		Herbata	130ml	-
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Syrop owocowy	15ml	-
<b>Budyń</b> DIETA 6(bez cukru)	G	Cukier	3g	-
		Budyń	13g	-
<b>OBIAD</b> Zupa brokułowa z kaszą jaglaną DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	12g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	12g	-
<b>Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Kalafior mrożony	15g	SEL
		Fasolka szparagowa	5g	SEL
		Seler	5g	SEL
<b>Spaghetti z mięsem mieszanym i makaronem mieszanym DIETA 1, 2, 6</b>	D G	Brokuł mrożony	60g	SEL
		Kasza jaglana	30g	-
		Marchew	30g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	12g	-
		Filet drobiowy	60g	-
<b>Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G D	Mięso wieprzowe	30g	-
		Makaron pszenny, spaghetti	40g	G
		Makaron pełnoziarnisty, spaghetti	40g	G
		Makaron pszenny, spaghetti	80g	G
		Filet drobiowy	100g	-
<b>Kompot owocowy</b> DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
<b>PODWIECZOREK</b> Pomarańcza (połówka) DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Pomarańcza (połówka)	120g	-
<b>KOLACJA</b> Paszтет drobiowy, sałata zielona, 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	10g	-
<b>Szynka drobiowa, sałata zielona, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4</b>	G	Paszтет drobiowy	70g	G, J
		Sałata zielona	10g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
<b>Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G G	Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

**E=2314,91kcal /W=326,91g/T=71,12g/B=88,92g/Kw.Tl.Nasy.=30,58g/Cukry=96,94g/S=4,80g/Bl.=24,05g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 13.04.2024r.

## **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

**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=2314,91kcal /W=326,91g/T=71,12g/B=88,92g/Kw.Tł.Nasy.=30,58g/Cukry=96,94g/S=4,80g/Bl.=24,05g**

Sporządził:

Zatwierdził: