

# 18.04.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
<b>ŚNIADANIE</b> Filet drobiowy w galarecie, rukola, chleb, masło, kawa inka 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
<b>Filet drobiowy w galarecie, chleb, masło, kawa inka</b> DIETA 3, 4	G	Cukier	10g	-
		Filet drobiowy w galarecie	100g	G, SOJ
		Rukola	10g	-
		Mleko 2%	230ml	M
<b>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb/bułka, masło, herbata- DIETA 12, 14</b>	G	Kawa inka	2g	G
	G	Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Koktajl truskawkowo-bananowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Jogurt naturalny	200ml	M
		Truskawka	40g	-
		Banan	30g	-
		Cukier	5g	-
<b>OBIAD</b> Zupa ogórkowa z ziemniakami DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	12g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Seler	5g	SEL
<b>Zupa jarzynowa z ziemniakami</b> DIETA 3,4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	15g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
<b>Gołąbki z ryżem, miksem kasz i mięsem mieszanym</b> DIETA 1, 6	D	Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Ziemniaki	130g	-
		Ogórek kiszony	35g	-
<b>Risotto z miksem kasz, warzywami i mięsem mieszanym</b> DIETA 2	PA	Cebula	2g	-
	D	Kapusta włoska	100g	-
		Ryż biały	20g	-
		Ryż brązowy	20g	-
<b>Risotto z ryżu białego, warzyw i mięsa drobiowego</b> DIETA 3, 4, 12, 14	PA	Kasza jęczmienna	15g	G
	D	Kasza gryczana	15g	G
		Filet drobiowy	50g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
<b>Sos pomidorowy</b> DIETA 1, 2, 6	G	Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Ryż biały	100g	-
		Filet drobiowy	100g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
<b>Kompot owocowy</b> DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Cukier	10g	-
		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> Sok owocowy- DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Sok owocowy	330ml	-
<b>Jogurt naturalny- DIETA 6</b>	BO	Jogurt naturalny	150g	M
<b>KOLACJA</b> Salatka z makaronem ryżowym, 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	-
		Makaron ryżowy	30g	G
		Papryka czerwona	10g	-
		Kukurydza konserwowa	7g	-
<b>Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata</b> DIETA 3, 4, 12, 14	G	Szynka wieprzowa	20g	-
	G	Groszek konserwowy	7g	-
		Jogurt grecki	15g	M
		Ogórek kiszony	10g	-
	G	Śmietana 12%	5g	M
	G	Jaja	15g	J
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml	M
	Herbata	230ml	-	

**E=2281,36kcal/W=328,55g/T=63,96g/B=92,39g/Kw.Tł.Nasy.=28,97g/Cukry=109,56g/S=8,03g/Bl.=22,58g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 18.04.2024r.

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

**E=2281,36kcal/W=328,55g/T=63,96g/B=92,39g/Kw.Tł.Nasy.=28,97g/Cukry=109,56g/S=8,03g/Bl.=22,58g**

Sporządził:

Zatwierdził: