

# 22.04.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b>  Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, 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	10g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Salata lodowa	15g	-
<b>Konserwa rybna, salata lodowa, chleb, masło, bawarka</b> DIETA 6	G	Płatki kukurydziane	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Jogurt owocowy-DIETA 1, 2, 3,4, 12,14	BO	Jogurt owocowy	125g	M
Jogurt naturalny-DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	200g	M
<b>OBIAD</b> Barszcz czerwony z jajkiem i soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Seler	5g	SEL
<b>Barszcz czerwony z jajkiem</b> DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	13g	-
		Mąka pszenna	20g	G
<b>Kluski leniwe ze szpinakiem</b> DIETA 1, 2	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Buraki	50g	-
<b>Mięso drobiowe z jarzynami</b> DIETA 3, 4, 6, 12, 14	D	Koncentrat buraczany	4ml	-
		Jaja	25g	J
		Soczewica zielona	15g	-
<b>Ziemniaki</b> DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	150g	-
		Twaróg biały	80g	M
		Jaja	5g	J
		Mąka pszenna	20g	G
		Mąka ziemniaczana	15g	-
<b>Surówka z marchewki, jabłka, selera i pora</b> DIETA 1, 2, 6	BO	Szpinak mrożony	15g	SEL
		Filet drobiowy	100g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Ziemniaki	250g	-
		Marchew	70g	-
<b>Szpinak na ciepło</b> DIETA 3, 4, 12, 14	D	Jabłko	30g	-
		Seler	5g	-
		Por	3g	-
		Jogurt grecki	10ml	M
		Szpinak mrożony	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		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> Banan -DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12,14	BO	Banan	120g	M
<b>KOLACJA</b>  Galareta drobiowa, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	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	-
		Włoszczyzna	20g	SEL
		<b>Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata</b> DIETA 12, 14	G G	Groszek konserwowy
Zelatylna	12g			-
Kasza jaglana	30g			-
Mleko 2%	400ml			M
Herbata	230ml			-

**E=2217,85kcal/W=320,19g/T=63,94g/B=91,22g/Kw.Tł.Nasy.=28,87g/Cukry=99,27g/S=4,59g/Bł.=24,45g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 22.04.2024r.

## **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=2217,85kcal/W=320,19g/T=63,94g/B=91,22g/Kw.Tł.Nasy.=28,87g/Cukry=99,27g/S=4,59g/Bl.=24,45g**

Sporządził:

Zatwierdził: