

# 08.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
ŚNIADANIE 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	-
Szynka wieprzowa, papryka czerwona, chleb graham, masło, herbata DIETA 6	G	Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	30g	G
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Kielbasa wieprzowa	30g	-
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3,4	G	Jaja	25g	J
		Szynka wieprzowa	70g	-
	G	Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
II ŚNIADANIE Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Syrop owocowy	15ml	-
Budyń DIETA 6(bez cukru)	G	Cukier	3g	-
		Budyń	13g	-
OBIAD Zupa pęczakowa z jarzynami i soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
Zupa krupnik z jarzynami DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Olej	8g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Jajka w sosie koperkowym DIETA 1, 2, 6	G	Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
		Kalafior mrożony	12g	SEL
		Fasolka szparagowa	5g	SEL
Mięso drobiowe w sosie koperkowym DIETA 3, 4, 12, 14	D	Kasza pęczak	30g	G
		Kasza jęczmienna, średnia	30g	G
		Soczewica zielona	10g	-
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	100g	J
		Koper, świeży	10g	-
		Filet drobiowy	100g	-
Surówka z kapusty czerwonej z olejem DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Kapusta czerwona	70g	-
		Jabłko	30g	-
		Marchew	20g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna, mrożona	100g	-
		Truskawka, mrożona	50g	-
		Cukier	8g	-
Kompot truskawkowy 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
PODWIECZOREK Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko	150g	-
ŚNIADANIE Filet drobiowy w galarecie, sałata zielona, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 6, 3, 4	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	-
		Filet drobiowy w galarecie	100g	G, SOJ
Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Sałata zielona	10g	-
		G	Kawa zbożowa	5g
	Mleko 2%		230ml	M
	Płatki owsiane		30g	G
	Mleko 2%	400ml	M	
Herbata	230ml	-		

**E=2286,12kcal /W=331,06g/T=67,75g/B=89,73g/Kw.Tl.Nasy.=29,66g/Cukry=88,65g/S=7,62g/Bl.=27,12g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 08.06.2024r.

## **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=2286,12kcal /W=331,06g/T=67,75g/B=89,73g/Kw.Tł.Nasy.=29,66g/Cukry=88,65g/S=7,62g/Bl.=27,12g**

Sporządził:

Zatwierdził: