

# 09.06.2024r.

| RODZAJ POSILKU<br>RODZAJ DIETY  | SPOSÓB<br>OBRÓBK<br>POSILKU | SKŁAD POSILKU   |       | ALERGENY                     |
|---|-----------------------------|---|-------|------------------------------|
| <b>ŚNIADANIE</b><br><br>Paszтет drobiowy, ogórek kiszony,<br>chleb, masło, kakao<br>DIETA 1, 2, 6 | G                           | Chleb pszenny   | 30g   | 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   | -                            |
|   |                             | Paszтет drobiowy  | 70g   | J, G                         |
|   |                             | Ogórek kiszony  | 20g   | -                            |
| <b>Zupa mleczna z kaszą manną, chleb,<br/>masło, herbata</b><br>DIETA 3, 4, 12, 14                | G                           | Mleko 2%  | 230ml | M                            |
|   | G                           | Kasza manna   | 30g   | G                            |
|   |                             | Mleko 2%  | 400ml | M                            |
|   |                             | Herbata   | 230ml | -                            |
| <b>II ŚNIADANIE</b><br>Koktajl zielony<br>DIETA 1, 2, 12, 14                                      | BO                          | Szpinak mrożony   | 25g   | SEL                          |
|   |                             | Sok pomarańczowy  | 50ml  | -                            |
|   |                             | Jabłko  | 50g   | -                            |
|   |                             | Banan   | 30g   | -                            |
| <b>Kisiel</b><br>DIETA 3, 4, 6 (bez cukru)  | BO                          | Kisiel  | 13g   | G                            |
|   |                             | Cukier  | 5g    | -                            |
| <b>OBIAD</b><br><br>Rosół z ziemniakami<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14                            | G                           | Kości , wywar   | 400ml | -                            |
|   |                             | Masło 82%   | 10g   | M                            |
|   |                             | Olej  | 10ml  | -                            |
|   |                             | Mąka pszenna  | 10g   | G                            |
|   |                             | Włoszczyzna   | 25g   | SEL                          |
| <b>Roladki drobiowe z marchewką w<br/>sosie własnym</b><br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14            | D                           | Marchew   | 25g   | -                            |
|   |                             | Pietruszka  | 15g   | -                            |
|   |                             | Seler   | 5g    | SEL                          |
| <b>Kasza bulgur</b><br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14  | G                           | Ziemniaki   | 130g  | -                            |
|   |                             | Filet drobiowy  | 100g  | -                            |
|   |                             | Marchew   | 20g   | -                            |
| <b>Surówka z selera i jabłka</b><br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14                                   | BO                          | Kasza bulgur  | 70g   | G                            |
|   |                             | Seler, korzeń   | 80g   | SEL                          |
|   |                             | Jabłko  | 25g   | -                            |
| <b>Marchew na ciepło</b><br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14   | G                           | Jogurt grecki   | 20ml  | M                            |
|   |                             | Marchew mrożona, kostka   | 100g  | SEL                          |
|   |                             | Mieszanka kompotowa   | 30g   | G, SOJ, SEZ, SEL             |
|   |                             | Cukier  | 10g   | -                            |
| <b>Kompot owocowy</b><br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14                                   | G                           | Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny,<br>kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki,<br>sól, kwas cytrynowy] | -     | SEL, G, O, J SOJ,<br>SEZ, M, |
| <b>PODWIECZOREK</b><br>Serek homogenizowany<br>DIETA 1, 2, 4, 12, 14                              | BO                          | Serek homogenizowany  | 150g  | M                            |
| <b>Jogurt naturalny</b><br>DIETA 3, 6   | BO                          | Jogurt naturalny  | 150g  | M                            |
| <b>KOLACJA</b><br><br>Salatka jarzynowa, chleb, masło,<br>herbata<br>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   | -                            |
|   |                             | Jogurt grecki   | 20g   | M                            |
|   |                             | Ogórek kiszony  | 10g   | -                            |
| <b>Twarożek, chleb/bułka, masło,<br/>herbata</b><br>DIETA 3, 4                                    | G                           | Groszek konserwowy  | 5g    | -                            |
|   |                             | Kukurydza konserwowa  | 5g    | -                            |
|   |                             | Marchew, kostka-mrożona   | 40g   | -                            |
|   |                             | Ziemniaki   | 40g   | -                            |
|   |                             | Jabłko  | 10g   | -                            |
|   |                             | Pietruszka  | 5g    | -                            |
|   |                             | Seler   | 5g    | SEL                          |
| <b>Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb,<br/>masło, herbata</b><br>DIETA 12, 14                     | G                           | Jaja  | 30g   | J                            |
|   |                             | Twaróg biały  | 70g   | M                            |
|   |                             | Śmietana 12%  | 5g    | M                            |
|   |                             | Kasza kuskus  | 30g   | G                            |
|   |                             | Mleko 2%  | 400ml | M                            |
|   |                             | Herbata   | 230ml | -                            |

**E=2135,60kcal /W=289,05g/T=68,17g/B=89,41g/Kw.Tl.Nasy.=31,36g/Cukry=89,83g/S=5,33g/Bl.=28,84g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 09.06.2024r.

## **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=2135,60kcal /W=289,05g/T=68,17g/B=89,41g/Kw.Tł.Nasy.=31,36g/Cukry=89,83g/S=5,33g/Bl.=28,84g**

Sporządził:

Zatwierdził: