

# 23.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
<b>ŚNIADANIE</b>  Filet drobiowy w galarecie, sałata lodowa, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4, 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	-
		Filet drobiowy w galarecie	100g	G, SOJ
		Salata lodowa	15g	-
		Kawa inka	2g	G
<b>Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata</b> DIETA 12,14	G	Ryż biały	30g	-
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Budyń owocowy+ biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru i biszkoptów), 12, 14	BO	Mleko 2%	200ml	M
		Budyń owocowy	15g	-
		Biszkopty	15g	G, J
		Cukier	5g	-
<b>OBIAD</b>  Rosół z makaronem nitki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości , wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Seler korzeń	10g	SEL
		Pietruszka korzeń	15g	-
		Masło 82%	8g	M
<b>Udko drobiowe</b> DIETA 1, 2, 6	PI	Olej	10g	-
		Włoszczyzna	30g	SEL
<b>Mięso drobiowe z warzywami</b> DIETA 3, 4, 12, 14	D	Pietruszka natka	1g	-
	PA	Cebula	2g	-
		Makaron nitki	30g	G
<b>Ziemniaki z koperkiem</b> DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Udko drobiowe	100g	-
		Włoszczyzna	15g	SEL
		Filet drobiowy	100g	-
<b>Surówka z selera i jabłka</b> DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Koper świeży	1g	-
		Seler korzeń	80g	SEL
		Jabłko	30g	-
<b>Marchew na ciepło</b> DIETA 3, 4, 12, 14	G	Jogurt grecki	20g	M
		Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
		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,
<b>PODWIECZOREK</b> Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Jabłko, świeże	150g	-
<b>KOLACJA</b>  Pasta z jajka z ogórkiem kiszonym i koperkiem, 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	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	5g	M
		Ogórek kiszony	15g	-
		Koper świeży	1g	-
<b>Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata</b> DIETA 3, 4, 12, 14	G	Kasza kuskus	30g	G
	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

**E=2069,86kcal/W=277,25g/T=67,92g/B=86,62g/Kw. Tł. Nasy.=28,99g/Cukry=86,05g/S=7,29g/ Bł.=21,15g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 23.06.2024r.

## **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=2069,86kcal/W=277,25g/T=67,92g/B=86,62g/Kw. Tł. Nasy.=28,99g/Cukry=86,05g/S=7,29g/ Bl.=21,15g**

Sporządził:

Zatwierdził: