

# 29.06.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY		
<b>ŚNIADANIE</b> Parówka drobiowa, sałata lodowa, ketchup, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6 (bez ketchupu)	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	-		
		Parówka drobiowa	70g	-		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12,14	G	Sałata lodowa	35g	-		
	G	Ketchup	20g	-		
	G	Płatki jęczmienne	30g	G		
	G	Mleko 2%	400ml	M		
<b>II ŚNIADANIE</b> Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Herbata	230ml	-		
		Mleko 2%	200ml	M		
		Kasza manna	30g	-		
Budyń DIETA 6(bez cukru)	G	Syrop owocowy	15ml	-		
		Budyń	15g	-		
<b>OBIAD</b> Barszcz czerwony z jajkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Cukier	5g	-		
		Kości, wywar	200ml	-		
		Marchew świeża	15g	-		
		Pietruszka, korzeń	5g	-		
		Seler korzeń	5g	SEL		
		Masło 82%	5g	M		
		Mleko 2%	15g	M		
		Śmietana 12%	5g	M		
		Olej	10g	-		
		Mąka pszenna	20g	G		
Zapiekanka ziemniaczana z jarzynami i mięsem drobiowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G PA	Włoszczyzna	25g	SEL		
		Buraki	50g	-		
		Koncentrat buraczany	4ml	-		
		Jaja	25g	J		
		Ziemniaki	250g	-		
		Brokuł, mrożony	30g	SEL		
		Marchew kostka, mrożona	30g	-		
		Kalafior, mrożony	30g	SEL		
		Mieszanka 7-składnikowa	50g	SEL		
		Kukurydza konserwowa	3g	-		
		Włoszczyzna	25g	SEL		
		Sos koperkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Fasolka szparagowa, mrożona	25g	SEL
				Filet drobiowy	100g	-
Koper, świeży	5g			-		
Mieszanka kompotowa	30g			G, SOJ, SEZ, SEL		
Kompot owocowy 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, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,		
<b>PODWIECZOREK</b> Arbuz DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Arbuz, świeży	120g	-		
Jabłko DIETA 6	BO	Jabłko, świeże	150g	-		
<b>KOLACJA</b> Szynka drobiowa, ogórek kiszony, chleb, masło, kakao 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		
Szynka drobiowa, bułka/chleb, masło, kakao DIETA 3, 4	G	Cukier	10g	-		
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M		
		Ogórek kiszony	20g	-		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Mleko 2%	230ml	M		
		Kakao	1g	G		
		Płatki kukurydziane	30g	G		
		Mleko 2%	400ml	M		
		Herbata	230ml	-		

**E=2159,75kcal /W=283,43g/T=71,81g/B=91,78/Kw.Tl.Nasy.=30,99g/Cukry=94,58g/S=7,82g/Bl.=22,50g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 29.06.2024r.

## **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=2159,75kcal /W=283,43g/T=71,81g/B=91,78/Kw.Tł.Nasy.=30,99g/Cukry=94,58g/S=7,82g/Bl.=22,50g**

Sporządził:

Zatwierdził: