

# 02.07.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Szynka z indyka, rzodkiewka, chleb, masło, kawa zbożowa 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	-
<b>Szynka z indyka, chleb, masło, kawa zbożowa</b> DIETA 3, 4	G	Szynka z indyka	70g	-
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
<b>Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb, masło, herbata</b> DIETA 12, 14	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Makaron nitki	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Budyń + biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biskoptów), 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Budyń	15g	-
		Biszkopty	12g	J, G
		Cukier	3g	-
<b>OBIAD</b> Zupa krem brokułowa z grzankami DIETA 1, 2, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
<b>Wątróbka z warzywami w sosie własnym</b> DIETA 1, 2, 6	D	Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
<b>Mięso drobiowe duszone w sosie własnym</b> DIETA 3, 4, 12, 14	D	Ziemniaki	100g	-
		Brokuł, mrożony	80g	SEL
		Śmietanka 30%	5ml	M
<b>Ziemniaki</b> DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ser topiony	1g	M
		Bułka, czerstwa	25g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Wątróbka drobiowa	100g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
<b>Surówka z kapusty czerwonej</b> DIETA 1, 2, 6	BO	Filet drobiowy	100g	-
		Ziemniaki	250g	-
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Kapusta czerwona, świeża	70g	-
<b>Włoszczyzna na ciepło</b> DIETA 3, 4, 12, 14	G	Marchew świeża	15g	-
		Jabłko	25g	-
		Cebula	2g	-
		Mieszanka owocowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
<b>Kompot owocowy</b> 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
		Jabłko, świeże	150g	-
<b>PODWIECZOREK</b> Jabłko DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO			
<b>KOLACJA</b> Pasta z mięsa z warzywami, sałata zielona, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 6	PI 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	50g	-
		Włoszczyzna	30g	SEL
<b>Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata</b> DIETA 12, 14	G G	Marchew, świeża	15g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Olej	5g	-
		Sałata zielona	10g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

**E=2197,65kcal /W=309,82g/T=64,78g/B=91,69g/Kw.Tl.Nasy.=27,07g/Cukry=89,69g/S=5,66g/Bl.=27,27g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 02.07.2024r.

## **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=2197,65kcal /W=309,82g/T=64,78g/B=91,69g/Kw.Tł.Nasy.=27,07g/Cukry=89,69g/S=5,66g/Bl.=27,27g**

Sporządził:

Zatwierdził: