

# 07.07.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Żurek z jajkiem i kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2	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	10g	-
		Zakwas barszczu białego	30g	G
<b>Konserwa rybna, sałata lodowa, chleb graham, masło, herbata DIETA 6</b>	G	Mąka pszenna	20g	G
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Jaja	25g	J
		Kielbasa	25g	-
<b>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G G	Makrela w sosie pomidorowym	50g	R
		Salata lodowa	35g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
<b>Jogurt naturalny DIETA 6</b>	BO	Jogurt naturalny	150g	M
<b>OBIAD</b> Rosół z lanym ciastem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości , wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler , korzeń	5g	SEL
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
<b>Roladki z marchewką w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	D	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
<b>Kasza bulgur DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	G	Cebula	2g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Marchew	20g	-
		Filet drobiowy	100g	-
<b>Surówka z kapusty białej DIETA 1, 2, 6</b>	BO	Kasza bulgur	60g	G
		Kapusta biała	70g	-
		Marchew	20g	-
		Jabłko	25g	-
<b>Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Jogurt grecki	10ml	M
		Włoszczyzna mrożona	100g	SEL
		Jabłko	50g	-
<b>Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14</b>	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> Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Sok owocowy	330ml	-
<b>Jabłko- DIETA 6</b>	BO	Jabłko, świeże	150g	-
<b>KOLACJA</b> Pasta z sera białego i szpinaku, papryka czerwona, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2(bez papryki), 6	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	10g	-
<b>Twarożek, chleb/bułka, masło, kakao DIETA 3, 4</b>	G	Twaróg biały	50g/70g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Szpinak, mrożony	12g	SEL
		Papryka czerwona	20g	-
<b>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14</b>	G G	Mleko 2%	230ml	M
		Kakao	2g	G
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

**E=2225,47kcal /W=302,67g/T=66,79g/B=96,71g/Kw.Tl.Nasy.=31,91g/Cukry=119,01g/S=4,0g/Bl.=20,83g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 07.07.2024r.

## **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=2225,47kcal /W=302,67g/T=66,79g/B=96,71g/Kw.Tł.Nasy.=31,91g/Cukry=119,01g/S=4,0g/Bl.=20,83g**

Sporządził:

Zatwierdził: