

# 14.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 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	8g	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
Szynka wieprzowa, sałata lodowa, chleb, masło, bawarka DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Salata lodowa	15g	-
		Makaron pszenny, nitki	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
II ŚNIADANIE Sałatka owocowa DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Herbata	230ml/ 130ml	-
		Arbuz, świeży	100g	-
Jabłko DIETA 6, 12, 14	BO	Banan, świeży	40g	-
		Jabłko, świeże	150g/50g	-
<b>OBIAD</b> Kapuśniak z ziemniakami, kielbasą i soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Ananas w syropie	15g	-
		Brzoskwinia w syropie	22g	-
		Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
Zupa ziemniaczana DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10ml	-
Ryż biały z jabłkiem prażonym z cynamonem słodszym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	PA D	Mąka pszenna	5g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Ziemniaki	100g	-
		Kapusta biała	60g	-
		Kielbasa wieprzowa	50g	-
Ryż brązowy z jabłkiem prażonym z cynamonem niesłodzonym DIETA 6 (bez cukru)	PA D	Koncentrat pomidorowy	5g	-
		Ryż biały	70g	-
		Ryż brązowy	70g	-
		Mleko 2%	180ml	M
		Cukier	2g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
		Jabłko	100g	-
Sos waniliowy DIETA 1, 2, 3, 4	G	Cynamon	1g	-
		Mleko 2%	80g	M
		Budyń waniliowy	3g	-
		Mąka pszenna	8g	G
Kompot truskawkowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12,14	G	Mąka ziemniaczana	5g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
		Cukier	2g	-
		Truskawka, mrożona	50g	-
		Cukier	8g	-
<b>PODWIECZOREK</b> Nektarynka DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Nektarynka, świeża	100g	-
<b>KOLACJA</b> Twarożek z tuńczykiem, rzodkiewka, 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	8g	-
Twarożek , chleb, masło, herbata DIETA 3, 4	G	Twaróg biały	50g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Tuńczyk w sosie własnym	30g	R
		Rzodkiewka, świeża	15g	-
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

**E= 2260,1kcal/W=332,32g/T=68,71g/B=80,07g/Kw.Tl.Nasy.=31,86g/Cukry=102,86g/S=4,31g/Bl.=21,54g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 14.08.2024r.

## **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= 2260,1kcal/W=332,32g/T=68,71g/B=80,07g/Kw.Tł.Nasy.=31,86g/Cukry=102,86g/S=4,31g/Bl.=21,54g**

Sporządził:

Zatwierdził: