

# 22.08.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b>  Salatka z rukolą i pomidorami suszonymi, 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	5g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Rukola	5g	-
		Olej	5ml	-
		Szynka wieprzowa	50g	-
		Makaron pszenny, świderki	30g	G
Pomidor suszony, w oleju	10g	-		
<b>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata</b> DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Słonecznik łuskany	5g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Budyń + biszkopty DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 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
<b>Zupa krem jarzynowa z grzankami</b> DIETA 3, 4, 12, 14	G	Masło 82%	8g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	7ml	-
<b>Wątróbka z warzywami w sosie własnym- DIETA 1, 2, 6</b>	D	Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
<b>Mięso drobiowe duszone w sosie własnym- DIETA 3, 4, 12, 14</b>	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
		Cukier	5g	-
<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
<b>PODWIECZOREK</b> Brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12,14	BO	Brzoskwinia, świeża	100g	-
<b>KOLACJA</b>  Pasta z mięsa z warzywami, sałata lodowa, chleb, masło, kakao 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	5g	-
		Filet drobiowy	40g	-
		Włoszczyzna	30g	SEL
<b>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata</b> DIETA 12, 14	G G	Marchew, świeża	15g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Olej	3ml	-
		Sałata lodowa	15g	-
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
Herbata/ Kakao	230ml/ 2g	-/ G		

**E=2254,60kcal /W=314,82g/T=67,95g/B=96,73g/Kw.Tl.Nasy.=27,44g/Cukry=69,49g/S=4,94g/Bl.=27,55g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 22.08.2024r.

## **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=2254,60kcal /W=314,82g/T=67,95g/B=96,73g/Kw.Tł.Nasy.=27,44g/Cukry=69,49g/S=4,94g/Bl.=27,55g**

Sporządził:

Zatwierdził: