

# 05.09.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
<b>ŚNIADANIE</b>  Paszтет drobiowy, ogórek kiszony, 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	5g	-
Zupa mleczna z ryżem białym, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G	Paszтет drobiowy	70g	G, J
	G	Ogórek kiszony	30g	-
		Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Koktajl truskawkowo-bananowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	BO	Jogurt naturalny	150ml	M
		Truskawka mrożona	50g	-
		Banan świeży	25g	-
		Cukier	3g	-
<b>OBIAD</b> Zupa pomidorowa z kaszą kuskus i ciecierzycą DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler	5g	SEL
		Masło 82%	10g	M
Zupa jarzynowa z kaszą kuskus DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10ml	-
		Mąka pszenna	25g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
Pulpety w sosie koperkowym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Koncentrat pomidorowy	10g	-
		Kasza kuskus	30g	G
		Ciecierzyca konserwowa	10g	-
<b>Ziemniaki</b> DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Filet drobiowy	60g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
		Bułka pszenna, czerstwa	20g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	5g	J
Surówka z selera i jabłka DIETA 1, 2, 6	G	Ziemniaki	250g	-
		Koper świeży	5g	-
		Seler korzeń, świeży	80g	SEL
		Jabłko	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
<b>Włoszczyzna na ciepło</b> DIETA 3, 4, 12, 14	G	Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Jabłko, świeże	50g	-
		Cukier	5g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
<b>PODWIECZOREK</b> Arbuz DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Arbuz, świeży	150g	-
<b>KOLACJA</b>  Galareta drobiowa, sałata zielona, chleb, masło, kawa inka DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	5g	-
		Udło drobiowe	30g	-
		Filet drobiowy	20g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	4g	SEL
		Marchew, świeża	10g	-
		Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G	Natka pietruszki, liście
Włoszczyzna	20g			SEL
Groszek konserwowy	5g			-
Żelatyna	12g			-
Sałata zielona, świeża	10g			-
Kawa inka	2g			G
Mleko 2%	230ml			M
Kasza manna	30g			G
Mleko 2%	400ml			M
Herbata	230ml	-		

**E=2072,83kcal /W=272,86g/T=65,06g/B=96,69g/Kw.Tl.Nasy.=29,07g/Cukry=64,79g/S=5,53g/Bl.=24,64g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 05.09.2024r.

## **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=2072,83kcal /W=272,86g/T=65,06g/B=96,69g/Kw.Tł.Nasy.=29,07g/Cukry=64,79g/S=5,53g/Bl.=24,64g**

Sporządził:

Zatwierdził: