

# 11.09.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Ser żółty, mix салат z rzodkiewką, chleb, masło, bawarka DIETA 1	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	-
		Ser żółty	50g	M
<b>Szynka wieprzowa, mix салат z rzodkiewką, chleb, masło, bawarka DIETA 2, 6</b>	G	Mix салат, świeży	10g	-
	G	Rzodkiewka, świeża	5g	-
		Szynka wieprzowa	70g	-
		Herbata	130ml	-
<b>Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Mleko 2%	100ml	M
	G	Kasza jagłana	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Kisiel z jabłkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14	G	Kisiel	13g	-
		Cukier	3g	-
		Jabłko	50g	-
<b>OBIAD</b> Zupa grochowa z ziemniakami DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	10g	M
		Mleko 2%	15g	M
<b>Zupa jarzynowa z ziemniakami DIETA 2, 3, 4, 12, 14</b>	G	Smietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	20g	G
<b>Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowym i mięsem mieszanym DIETA 1, 2, 6</b>	D	Włoszczyzna	25g	SEL
	G	Groch, połówki	10g	-
		Ziemniaki	130g	-
		Marchew	30g	-
<b>Makaron pszenny z jarzynami i mięsem drobiowym w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Koncentrat pomidorowy	12g	-
	D	Filet drobiowy	50g	-
		Mięso wieprzowe	30g	-
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	70g	G
<b>Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14</b>	G	Makaron pszenny, świderki	70g	G
		Filet drobiowy	100g	-
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	5g	-
	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas 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> Drożdżówka z budyniem, śliwką i kruszonką, chleb, plaster sera białego, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, (3 i 4 -z jabłkiem)	PI G	Chleb pszenny	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	5g	-
		Mąka pszenna	40g	G
		Mleko 2%	100ml	M
<b>Twarożek z szczypiorkiem, papryka czerwona, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 6</b>	G	Drożdże, instant	1g	-
		Masło 82%	7g	-
		Jaja	4g	J
		Cukier	11g	-
		Cukier wanilinowy	1g	-
		Budyń wanilinowy	4g	-
		Śliwki, świeże/ Jabłko, świeże	30g	-
		Twaróg biały	30g/ 70g	M
		Szczypior, świeży	1g	-
<b>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14</b>	G G	Papryka czerwona, świeża	50g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
		Ryż biały	30g	-
		Mleko 2%	400ml/ 230ml	M
		Herbata	230ml	-

**E=2226,46kcal /W=300,05g/T=72,51g/B=90,23g/Kw.Tl.Nasy.=36,89g/Cukry=81,78g/S=3,98g/Bl.=23,75g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 11.09.2024r.

## **LEGENDA:**

### **Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:**

**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=2226,46kcal /W=300,05g/T=72,51g/B=90,23g/Kw.Tł.Nasy.=36,89g/Cukry=81,78g/S=3,98g/Bl.=23,75g**

Sporządził:

Zatwierdził: