

# 18.09.2024r

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb/bulka, masło, herbata DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bulka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	5g	-
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
<b>Konserwa rybna, papryka czerwona, chleb graham, masło, bawarka</b> DIETA 6	G	Papryka czerwona, świeża	50g	-
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Grysik z syropem owocowym DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Syrop owocowy	15ml	-
<b>Kisiel</b> DIETA 6(bez cukru)	G	Cukier	3g	-
		Kisiel	13g	-
<b>OBIAD</b> Zupa pęczakowa z jarzynami i soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	5g	-
		Seler, korzeń	5g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	15g	M
<b>Zupa krupnik z jarzynami</b> DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	10g	G
<b>Jajka w sosie koperkowym</b> DIETA 1, 2, 6	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
<b>Mięso drobiowe w sosie koperkowym</b> DIETA 3, 4, 12, 14	D	Kasza pęczak	30g	G
		Kasza jęczmienna, średnia	30g	G
		Soczewica zielona	10g	-
<b>Ziemniaki</b> DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Jaja	100g	J
		Koper, świeży	10g	-
		Filet drobiowy	100g	-
<b>Buraczki na ciepło</b> DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Ziemniaki	250g	-
		Buraki, świeże	100g	-
		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, kwas cytrynowy]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
<b>PODWIECZOREK</b> Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan, świeży	120g	-
<b>ŚNIADANIE</b> Szynka wieprzowa, pomidor, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bulka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	5g	-
<b>Szynka drobiowa, sałata zielona, chleb, masło, herbata</b> DIETA 3, 4	G	Szynka wieprzowa	70g	-
		Szynka drobiowa	70g	SOJ, M
		Pomidor, świeży	50g	-
<b>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata</b> DIETA 12, 14	G	Salata zielona	10g	-
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

**E=2236,21kcal /W=329,04g/T=64,52g/B=85,10g/Kw.Tl.Nasy.=28,27g/Cukry=84,02g/S=5,59g/Bl.=25,09g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 18.09.2024r

## **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=2236,21kcal /W=329,04g/T=64,52g/B=85,10g/Kw.Tł.Nasy.=28,27g/Cukry=84,02g/S=5,59g/Bl.=25,09g**

Sporządził:

Zatwierdził: