

# 24.09.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b>  Parówka drobiowa, pomidor, ketchup, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6 (bez ketchupu)	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	4g	-
		Parówka drobiowa	70g	-
		Pomidor, świeży	50g	-
<b>Zupa mleczna z kaszą manną, chleb/bułka, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Kasza manna	30g	G
	G	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	200ml	M
		Truskawka mrożona	50g	-
		Banan świeży	30g	-
		Cukier	4g	-
<b>OBIAD</b> Zupa brokułowa z kaszą jaglaną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
<b>Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną DIETA 2, 3, 4, 12, 14</b>	G	Masło 82%	3g	M
		Mleko 2%	15g	M
		Śmietana 12%	5g	M
<b>Bitki z indyka w sosie własnym DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	D	Olej	10g	-
	PA	Mąka pszenna	20g	G
<b>Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	G	Włoszczyzna	25g	SEL
		Brokuł, mrożony	50g	SEL
		Kasza jaglana	30g	-
<b>Surówka z kapusty pekińskiej DIETA 1, 2, 6</b>	BO	Filet z indyka	100g	-
		Kasza jęczmienna	60g	G
		Kapusta pekińska, świeża	70g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
<b>Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Marchew, świeża	15g	-
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
<b>Kompot jabłkowy z cynamonem DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14</b>	G	Jabłko	50g	-
		Cukier	4g	-
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
<b>PODWIECZOREK</b> Brzoskwinia DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Brzoskwinia, świeża	100g	-
<b>KOLACJA</b>  Chalka, dżem owocowy, plaster sera białego, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 3, 4	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	4g	-
		Chalka	100g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Dżem owocowy	50g	-
<b>Konserwa rybna, papryka czerwona, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 6</b>	G	Twaróg biały	30g	M
		Filety z makreli w sosie pomidorowym	50g	R
		Papryka czerwona	30g	-
<b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14</b>	G G	Kawa zbożowa	5g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

**E=2160,86kcal/W=292,01g/T=72,69g/B=85,44g/Kw.Tł.Nasy.=32,53g/Cukry=83,98g/S=4,90g/Bl.=23,21g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 24.09.2024r.

## **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 posilków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.

**E=2160,86kcal/W=292,01g/T=72,69g/B=85,44g/Kw.Tł.Nasy.=32,53g/Cukry=83,98g/S=4,90g/Bl.=23,21g**

Sporządził:

Zatwierdził: