

# 01.01.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b>  Salatka z rukolą i pomidorami suszonymi, chleb, masło, bawarka <b>DIETA 1, 2, 6</b>	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%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Rukola	5g	-
		Olej	5ml	-
		Szynka wieprzowa	50g	-
		Makaron pszenny, świderki	30g	G
Pomidor suszony, w oleju	10g	-		
<b>Zupa mleczna z lanym ciastem, chleb, masło, herbata</b> <b>DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G G	Słonecznik łuskany	5g	-
		Mąka pszenna	30g	G
		Jaja	10g	J
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
Herbata	230ml/ 130ml	-		
<b>II ŚNIADANIE</b> Kisiel z jabłkiem <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14</b>	G	Kisiel	13g	-
		Cukier	3g	-
		Jabłko	50g	-
<b>OBIAD</b> Zupa koperkowa z kostką grycikową <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	10g	M
Mleko 2%	15g	M		
<b>Bitki drobiowe w jarzynie</b> <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	G	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5g	-
		Mąka pszenna	20g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	12g	SEL
<b>Ziemniaki</b> <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	G	Kasza manna	30g	G
		Ziemniaki	250g	-
		Filet drobiowy	100g	-
		Włoszczyzna	25g	SEL
<b>Surówka z kapusty czerwonej z olejem</b> <b>DIETA 1, 2, 6</b>	G	Kapusta czerwona, świeża	70g	-
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
		Włoszczyzna	100g	SEL
<b>Włoszczyzna na ciepło</b> <b>DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Włoszczyzna	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	3g	-
<b>Kompot owocowy</b> <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12,14</b>	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> Pomarańcza (połówka) <b>DIETA 1, 2, 6</b>	BO	Pomarańcza, połówka	120g	-
<b>KOLACJA</b>  Paszтет drobiowy, salatka z sałaty lodowej i ogórka kiszzonego, chleb, masło, kakao <b>DIETA 1, 2, 6</b>	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%	15g	M
		Cukier	3g	-
		Paszтет drobiowy	70g	G, J
<b>Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb/bułka, masło, kakao</b> <b>DIETA 3,4</b>	G	Sałata lodowa, świeża	15g	-
		Ogórek kiszony	15g	-
		Kakao	2g	G
<b>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata</b> <b>DIETA 12, 14</b>	G G	Mleko 2%	230ml	M
		Płatki kukurydziane	30g	-
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

**E=2064,08kcal /W=273,81g/T=69,95g/B=87,27g/Kw.Tl.Nasy.=30,68g/Cukry=58,08g/S=5,56g/Bl.=24,61g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 01.01.2025r.

## **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=2064,08kcal /W=273,81g/T=69,95g/B=87,27g/Kw.Tł.Nasy.=30,68g/Cukry=58,08g/S=5,56g/Bl.=24,61g**

Sporządził:

Zatwierdził: