

# 23.12.2024r.

| RODZAJ POSILKU<br>RODZAJ DIETY  | SPOSÓB<br>OBRÓBK<br>POSILKU | SKŁAD POSILKU   |              | ALERGENY                     |
|---|-----------------------------|---|--------------|------------------------------|
| <b>ŚNIADANIE</b><br>Zupa mleczna z makaronem nitki,<br>chleb, masło, herbata<br>DIETA 1, 2, 12, 14      | G<br>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                            |
| Szynka z indyka, sałatka z roszponki i<br>rzodkiewki, chleb, masło, bawarka<br>DIETA 6                  | G<br>G                      | Cukier  | 3g           | -                            |
|   |                             | Szynka z indyka   | 70g          | -                            |
|   |                             | Roszponka, świeża   | 10g          | -                            |
|   |                             | Rzodkiewka, świeża  | 10g          | -                            |
| Szynka z indyka, sałata lodowa, chleb,<br>masło, bawarka<br>DIETA                                       |                             | Salata lodowa, świeża   | 10g          | -                            |
|   |                             | Makaron pszenny, nitki  | 30g          | G                            |
|   |                             | Mleko 2%  | 400ml/ 100ml | M                            |
|   |                             | Herbata   | 230ml/ 130ml | -                            |
| <b>II ŚNIADANIE</b><br>Galaretka z owocami<br>DIETA 1, 2, 3, 4  | G                           | Galaretka   | 20g          | -                            |
|   |                             | Ananas w syropie  | 7g           | -                            |
|   |                             | Brzoskwinia w syropie   | 10g          | -                            |
| Kisiel<br>DIETA 6 (bez cukru), 12, 12   | G                           | Kisiel  | 13g          | -                            |
|   |                             | Cukier  | 3g           | -                            |
| <b>OBIAD</b><br>Kapuśniak z ziemniakami, kielbasą i<br>soczewicą zieloną<br>DIETA 1, 6                  | G                           | Kości, wywar  | 200ml        | -                            |
|   |                             | Marchew   | 15g          | -                            |
|   |                             | Pietruszka, korzeń  | 7g           | -                            |
|   |                             | Seler, korzeń   | 6g           | SEL                          |
|   |                             | Por, świeży   | 3g           | -                            |
|   |                             | Masło 82%   | 8g           | M                            |
|   |                             | Mleko 2%  | 10g          | M                            |
| Zupa ziemniaczana<br>DIETA 2, 3, 4, 12, 14  | G                           | Śmietana 12%  | 7g           | M                            |
|   |                             | Olej  | 10ml         | -                            |
|   |                             | Mąka pszenna  | 15g          | G                            |
|   |                             | Włoszczyzna   | 25g          | SEL                          |
|   |                             | Ziemniaki   | 100g         | -                            |
| Ryż biały z jabłkiem prażonym z<br>cynamonem słodszym<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14                       | PA<br>D                     | Kapusta biała   | 60g          | -                            |
|   |                             | Kielbasa wieprzowa  | 50g          | -                            |
|   |                             | Koncentrat pomidorowy   | 5g           | -                            |
|   |                             | Ryż biały   | 70g          | -                            |
|   |                             | Ryż brązowy   | 70g          | -                            |
| Ryż brązowy z jabłkiem prażonym z<br>cynamonem niesłodzonym<br>DIETA 6 (bez cukru)                      | PA<br>D                     | Mleko 2%  | 180ml        | M                            |
|   |                             | Cukier  | 2g           | -                            |
|   |                             | Cukier wanilinowy   | 1g           | -                            |
|   |                             | Jabłko  | 100g         | -                            |
|   |                             | Cynamon   | 1g           | -                            |
|   |                             | Mleko 2%  | 80g          | M                            |
| Sos waniliowy<br>DIETA 1, 2, 3, 4   | G                           | Budyń waniliowy   | 3g           | -                            |
|   |                             | Mąka pszenna  | 8g           | G                            |
|   |                             | Mąka ziemniaczana   | 5g           | -                            |
|   |                             | Cukier wanilinowy   | 1g           | -                            |
| Kompot owocowy<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6 (bez cukru), 12,14  | G                           | Cukier  | 1g           | -                            |
|   |                             | Mieszanka kompotowa   | 30g          | G, SOJ, SEZ, SEL             |
|   |                             | Cukier  | 3g           | -                            |
|   |                             | Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny,<br>kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki,<br>sól, kwas cytrynowy] | -            | SEL, G, O, J SOJ,<br>SEZ, M, |
| <b>PODWIECZOREK</b><br>Banan<br>DIETA 1, 2, 6   | BO                          | Banan, świeży   | 120g         | -                            |
| <b>KOLACJA</b><br>Pasta z jajka z tuńczykiem, ogórek<br>kiszony, chleb, masło, herbata<br>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  | 3g           | -                            |
|   |                             | Jaja  | 70g          | M                            |
|   |                             | Śmietana 12%  | 5g           | M                            |
|   |                             | Tuńczyk w sosie własnym   | 30g          | R                            |
|   |                             | Ogórek kiszony  | 15g          | -                            |
| Zupa mleczna z kaszą jęczmienną,<br>chleb, masło, herbata<br>DIETA 3, 4, 12, 14                         | G<br>G                      | Kasza jęczmienna  | 30g          | G                            |
|   |                             | Mleko 2%  | 400ml        | M                            |
|   |                             | Herbata   | 230ml        | -                            |

**E=2216,20kcal/W=312,37g/T=72,05g/B=80,02g/Kw.Tl.Nasy.=31,96g/Cukry=79,11g/S=4,77g/Bl.=20,45g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 23.12.2024r.

## **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=2216,20kcal/W=312,37g/T=72,05g/B=80,02g/Kw.Tł.Nasy.=31,96g/Cukry=79,11g/S=4,77g/Bl.=20,45g**

Sporządził:

Zatwierdził: