

# 03.02.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Pasta z jajka z rzodkiewką i szczypiorkiem, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	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	4g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	10g	M
		Szczypior, świeży	1g	-
<b>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Sok owocowy	330ml	-
<b>Mandarynka</b> DIETA 6	BO	Mandarynka, świeża	100g	-
<b>OBIAD</b> Zupa ziemniaczana z soczewicą zieloną DIETA 1, 6	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń/ Por, świeży	7g/ 3g	-/-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	10ml	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
<b>Zupa ziemniaczana</b> DIETA 2, 3, 4, 12, 14	G	Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Ziemniaki	130g	-
<b>Naleśniki z serem i jabłkiem</b> DIETA 1, 2	S	Soczewica zielona	10g	-
		Mleko 2%	150ml	M
		Jaja	10g	J
		Mąka pszenna	70g	G
<b>Makaron pszenny z serem białym i musem jabłkowym słodszym</b> DIETA 3, 4, 12, 14	G	Twaróg biały	100g	M
		Jabłko	150g	-
	D	Cukier wanilinowy	1g	-
		Cukier	3g	-
<b>Makaron pełnoziarnisty z serem białym i musem jabłkowym niesłodzonym</b> DIETA 6	G	Makaron pszenny, świderki	100g	G
		Makaron pełnoziarnisty, świderki	100g	G
	D	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	4g	-
<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, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
<b>PODWIECZOREK</b> Kiwi DIETA 1, 2, 6	BO	Kiwi, świeże	100g	-
<b>KOLACJA</b> Szynka drobiowa, sałata czerwona strzępiasta, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G G	Chleb pszenny	90g	G
		Chleb graham	90g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	15g	M
		Cukier	4g	-
		Szynka drobiowa	70g	-
<b>Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata</b> DIETA 12, 14	G G	Sałata czerwona, strzępiasta	10g	-
		Kakao	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
Herbata	230ml	-		

**E=2137,96kcal/W=289,38g/T=68,25g/B=85,98g/Kw.Tł.Nasy.=32,54g/Cukry=102,16g/S=5,11g/Bł.=25,14g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 03.02.2025r.

## **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=2137,96kcal/W=289,38g/T=68,25g/B=85,98g/Kw.Tł.Nasy.=32,54g/Cukry=102,16g/S=5,11g/Bl.=25,14g**

Sporządził:

Zatwierdził: