

# 21.02.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b>  Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, chleb, masło, herbata <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14</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	4g	-
Pasta z sera białego, papryka czerwona, chleb graham, masło, bawarka <b>DIETA 6</b>	G	Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	10g	M
		Papryka czerwona, świeża	20g	-
		Płatki jęczmienne	30g	G
		Mleko 2%	400ml/ 100ml	M
		Herbata	230ml/ 130ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Jabłko, świeże <b>DIETA 1, 6</b>	BO	Jabłko, świeże	150g	-
Jabłko, pieczone <b>DIETA 2, 3, 4, 12, 14</b>	PI			
<b>OBIAD</b> Zupa krupnik z jarzynami z ciecierzą <b>DIETA 1, 6</b>	G	Kości, wywar	200ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
Zupa krupnik z jarzynami <b>DIETA 2, 3, 4, 12, 14</b>	G	Masło 82%	5g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	7g	M
		Olej	10g	-
		Mąka pszenna	15g	G
Pulpety rybne w sosie koperkowym <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	D	Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Kasza jęczmienna	30g	G
		Ciecierzycza konserwowa	10g	-
		Miruna, bez skóry	100g	R
Ziemniaki <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	G	Bułka czerstwa	10g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Jaja	5g	J
		Ziemniaki	250g	-
Surówka z marchewki i jabłka <b>DIETA 1, 2, 6</b>	BO	Marchew, świeża	80g	SEL
		Jabłko, świeże	30g	-
		Jogurt grecki	20g	M
Marchew na ciepło <b>DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	4g	-
Kompot owocowy <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> Jogurt owocowy pitny <b>DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14</b>	BO	Jogurt owocowy pitny	250ml	M
Jogurt naturalny pitny <b>DIETA 6</b>	G	Jogurt naturalny pitny	330ml	M
<b>KOLACJA</b>  Sałatka z buraka, chleb, masło, bawarka <b>DIETA 1, 2, 6</b>	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	-
		Buraki czerwone, świeże	80g	-
		Ogórek kiszony	20g	-
Twarożek z ziołami, chleb, masło, bawarka <b>DIETA 3, 4</b>	G	Groszek konserwowy	5g	-
		Jaja	50g	J
		Jogurt grecki	20g	M
		Twaróg biały	70g	M
		Śmietana 12%	10g	M
Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb, masło, herbata <b>DIETA 12, 14</b>	G G	Przyprawy[Ziola prowansalskie, sól, kwasek cytr.]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR
		Kasza jaglana	30g	-
		Mleko 2%	400ml/100ml	M
		Herbata	230ml/130ml	-

**E=2183,62kcal /W=297,28g/T=72,33g/B=82,28g/Kw.Tl.Nasy.=34,40g/Cukry=87,07g/S=5,21g/Bl.=32,63g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 21.02.2025r.

## **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=2183,62kcal /W=297,28g/T=72,33g/B=82,28g/Kw.Tł.Nasy.=34,40g/Cukry=87,07g/S=5,21g/Bl.=32,63g**

Sporządził:

Zatwierdził: