

# 23.02.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b>  Żurek z jajkiem i kielbasą, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14	G G	Chleb pszenny	30-120g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-120g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
Zakwas barszczu białego	G	Zakwas barszczu białego	30g	G
		Mąka pszenna	30g	G
		Mleko 2%	10g	M
		Śmietana 12%	3g	M
		Jaja	25g	J
Kielbasa wieprzowa	G	Kielbasa wieprzowa	30g	-
		Jaja	70g	J
		Śmietana 12%	10g	M
		Ogórek kiszony	20g	-
		Kasza kuskus	30g	G
Mleko 2%	G	Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Jogurt owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14	BO	Jogurt owocowy	125g	M
Jogurt naturalny DIETA 6	BO	Jogurt naturalny	150g	M
<b>OBIAD</b>  Rosół z makaronem nitki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości , wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	3g	-
		Masło 82%	5g	M
Udziec drobiowy DIETA 1, 2, 6	PI	Olej	10g	-
		Włoszczyzna, mrożona	25g	SEL
Mięso drobiowe z warzywami DIETA 3, 4, 12, 14	D PA	Pietruszka natka	1g	-
		Cebula	2g	-
		Makaron pszenny, nitki	30g	G
Ziemniaki DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Udziec drobiowy	100g	-
		Włoszczyzna	12g	SEL
		Filet drobiowy	100g	-
Kapusta czerwona na ciepło DIETA 1, 2, 6	BO	Ziemniaki	250g	-
		Kapusta czerwona, świeża	100g	-
		Mąka pszenna	6g	-
Włoszczyzna na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Śmietana 12%	4g	-
		Włoszczyzna, mrożona	100g	SEL
		Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	4g	-
Kompot owocowy 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]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
		Kiwi, świeże	100g	-
<b>PODWIECZOREK</b> Kiwi DIETA 1, 2, 6	BO	Kiwi, świeże	100g	-
<b>KOLACJA</b>  Schab duszony, sałata czerwona strzępiasta, chleb, masło, kawa zbożowa DIETA 1, 2, 3, 4, 6	G	Chleb pszenny	30-120g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	30-120g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g	M
		Cukier	4g	-
		Schab duszony, wędlina	70g	-
		Sałata czerwona strzępiasta, świeża	10g	-
		Kawa zbożowa	5g	G
		Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14	G G	Mleko 2%
Kasza jęczmienna	30g			G
Mleko 2%	400ml			M
Herbata	230ml			-

**E=2095,04kcal/W=277,90g/T=66,53g/B=90,69g/Kw. Tł. Nasy.=23,35g/Cukry=60,09g/S=7,88g/ Bl.=32,28g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 23.02.2025r.

## **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=2095,04kcal/W=277,90g/T=66,53g/B=90,69g/Kw. Tł. Nasy.=23,35g/Cukry=60,09g/S=7,88g/ Bl.=32,28g**

Sporządził:

Zatwierdził: