

# 02.04.2025r.

| RODZAJ POSILKU<br>RODZAJ DIETY                                                                 | SPOSÓB<br>OBRÓBK<br>POSILKU | SKŁAD POSILKU                                                                                                       |          | ALERGENY                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------------------|
| <b>ŚNIADANIE</b><br>Paszтет drobiowy, roszponka, chleb,<br>masło, kakao<br>DIETA 1, 2, 6       | G                           | Chleb pszenny                                                                                                       | 90g      | G                             |
|                                                                                                |                             | Chleb graham                                                                                                        | 90g      | G                             |
|                                                                                                |                             | Bułka pszenna                                                                                                       | 50g      | G                             |
|                                                                                                |                             | Masło 82%                                                                                                           | 10g      | M                             |
|                                                                                                |                             | Cukier                                                                                                              | 3g       | -                             |
| <b>Szynka drobiowa, roszponka, chleb,<br/>masło, kakao<br/>DIETA 3, 4</b>                      | G                           | Paszтет drobiowy                                                                                                    | 70g      | SOJ, G                        |
|                                                                                                |                             | Szynka drobiowa                                                                                                     | 70g      | SOJ                           |
|                                                                                                |                             | Roszpodka, świeża                                                                                                   | 5g       | -                             |
|                                                                                                |                             | Mleko 2%                                                                                                            | 230ml    | M                             |
| <b>Zupa mleczna z płatkami<br/>jęczmiennymi, chleb, masło, herbata<br/>DIETA, 12, 14</b>       | G                           | Kakao                                                                                                               | 2g       | G                             |
|                                                                                                | G                           | Płatki jęczmienne                                                                                                   | 30g      | G                             |
|                                                                                                |                             | Mleko 2%                                                                                                            | 400ml    | M                             |
|                                                                                                |                             | Herbata                                                                                                             | 230ml    | -                             |
| <b>II ŚNIADANIE</b><br>Owsianka z ananase i wiórkami<br>kokosowymi- DIETA 1, 2, 3, 4           | G                           | Mleko 2%                                                                                                            | 200ml    | M                             |
|                                                                                                |                             | Płatki owsiane                                                                                                      | 30g      | G                             |
|                                                                                                |                             | Ananas w syropie                                                                                                    | 30g      | -                             |
| <b>Budyń</b><br>DIETA 6(bez cukru), 12, 14                                                     | G                           | Wiórki kokosowe                                                                                                     | 3g       | -                             |
|                                                                                                |                             | Budyń                                                                                                               | 13g      | -                             |
|                                                                                                |                             | Cukier                                                                                                              | 3g       | -                             |
| <b>OBIAD</b><br>Zupa krem jarzynowa z grzankami<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14                 | G                           | Kości, wywar                                                                                                        | 200ml    | -                             |
|                                                                                                |                             | Marchew, świeża/ Pietruszka, korzeń                                                                                 | 15g/ 7g  | - / -                         |
|                                                                                                |                             | Seler, korzeń                                                                                                       | 6g       | SEL                           |
|                                                                                                |                             | Por, świeży                                                                                                         | 3g       | -                             |
|                                                                                                |                             | Masło 82%                                                                                                           | 5g       | M                             |
|                                                                                                |                             | Mleko 2%/ Śmietana 12%                                                                                              | 10g/ 7g  | M/ M                          |
|                                                                                                |                             | Olej                                                                                                                | 10g      | -                             |
| <b>Jajko sadzone</b><br>DIETA 1, 2                                                             | S                           | Mąka pszenna                                                                                                        | 15g      | G                             |
|                                                                                                |                             | Włoszczyzna                                                                                                         | 25g      | SEL                           |
|                                                                                                |                             | Kalafior mrożony, Brokuł, mrożony                                                                                   | 25g/25g  | - / -                         |
| <b>Mięso drobiowe duszone w jarzynach</b><br>DIETA 3, 4, 6, 12, 14                             | D                           | Mieszaneczka 7-składnikowa                                                                                          | 50g      | -                             |
|                                                                                                |                             | Ziemniaki                                                                                                           | 130g     | -                             |
|                                                                                                |                             | Cebula                                                                                                              | 2g       | -                             |
|                                                                                                |                             | Bułka pszenna, czerstwa                                                                                             | 30g      | G                             |
| <b>Ziemianki</b><br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14                                                | G                           | Ser topiony                                                                                                         | 1g       | M                             |
|                                                                                                |                             | Śmietanka 30%                                                                                                       | 5ml      | M                             |
|                                                                                                |                             | Jaja                                                                                                                | 100g     | J                             |
| <b>Fasolka szparagowa na ciepło</b><br>DIETA 1, 2, 6                                           | G                           | Mięso drobiowe                                                                                                      | 100g     | -                             |
|                                                                                                |                             | Włoszczyzna                                                                                                         | 12g      | SEL                           |
|                                                                                                |                             | Ziemniaki                                                                                                           | 250g     | -                             |
| <b>Szpinak na ciepło</b><br>DIETA 3, 4, 12, 14                                                 | G                           | Fasolka szparagowa, mrożona                                                                                         | 100g     | -                             |
|                                                                                                |                             | Szpinak, mrożony                                                                                                    | 100g     | -                             |
| <b>Kompot owocowy</b><br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14                                | G                           | Mieszaneczka kompotowa                                                                                              | 30g      | -                             |
|                                                                                                |                             | Cukier                                                                                                              | 3g       | -                             |
|                                                                                                |                             | Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwas cytrynowy] | -        | SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, GOR |
| <b>PODWIECZOREK</b><br>Jabłko<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6                                           | BO                          | Jabłko, świeże                                                                                                      | 150g     | -                             |
| <b>KOLACJA</b><br>Salatka jarzynowa z szynką wieprzową, chleb, masło, herbata<br>DIETA 1, 2, 6 | G<br>G                      | Chleb pszenny                                                                                                       | 90g      | G                             |
|                                                                                                |                             | Chleb graham                                                                                                        | 90g      | G                             |
|                                                                                                |                             | Bułka pszenna                                                                                                       | 50g      | G                             |
|                                                                                                |                             | Masło 82%                                                                                                           | 10g      | M                             |
|                                                                                                |                             | Cukier                                                                                                              | 3g       | -                             |
|                                                                                                |                             | Szynka wieprzowa                                                                                                    | 30g      | -                             |
|                                                                                                |                             | Jogurt grecki                                                                                                       | 20g      | M                             |
|                                                                                                |                             | Ogórek kiszony                                                                                                      | 15g      | -                             |
|                                                                                                |                             | Groszek konserwowy/ Kukurydza konserwowa                                                                            | 5g/ 5g   | -                             |
|                                                                                                |                             | Marchew, świeża/ Ziemniaki                                                                                          | 40g/ 40g | - / -                         |
|                                                                                                |                             | Jabłko                                                                                                              | 15g      | -                             |
| <b>Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb,<br/>masło, herbata<br/>DIETA 3, 4, 12, 14</b>          | G<br>G                      | Pietruszka                                                                                                          | 10g      | -                             |
|                                                                                                |                             | Seler                                                                                                               | 10g      | SEL                           |
|                                                                                                |                             | Jaja                                                                                                                | 30g      | J                             |
|                                                                                                |                             | Kasza jagłana                                                                                                       | 30g      | -                             |
|                                                                                                |                             | Mleko 2%                                                                                                            | 400ml    | M                             |
|                                                                                                |                             | Herbata                                                                                                             | 230ml    | -                             |

E=2150,83kcal/W=276,50g/T=77,62g/B=84,37g/Kw.Tl.Nasy.=34,23g/Cukry=63,52g/S=7,21g/Bl.=34,93g

Sporządził:

Zatwierdził:

# 02.04.2025r.

## **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.

|                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>E=2150,83kcal/W=276,50g/T=77,62g/B=84,37g/Kw.Tł.Nasy.=34,23g/Cukry=63,52g/S=7,21g/Bl.=34,93g</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|

Sporządził:

Zatwierdził: