

# 12.04.2025r.

| RODZAJ POSILKU<br>RODZAJ DIETY                                                                                         | SPOSÓB<br>OBRÓBK<br>POSILKU | SKŁAD POSILKU                                                                                                                  |       | ALERGENY                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------|
| ŚNIADANIE<br><br>Paszтет drobiowy, ogórek kiszony,<br>chleb, masło, kakao<br>DIETA 1, 2, 6                             | G<br>G                      | Chleb pszenny                                                                                                                  | 90g   | G                         |
|                                                                                                                        |                             | Chleb graham                                                                                                                   | 90g   | G                         |
|                                                                                                                        |                             | Bułka pszenna                                                                                                                  | 50g   | G                         |
|                                                                                                                        |                             | Masło 82%                                                                                                                      | 15g   | M                         |
|                                                                                                                        |                             | Cukier                                                                                                                         | 3g    | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Paszтет drobiowy                                                                                                               | 70g   | SOJ, G                    |
|                                                                                                                        |                             | Ogórek kiszony                                                                                                                 | 30g   | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Kakao                                                                                                                          | 2g    | G                         |
| Zupa mleczna z kaszą jaglaną, chleb,<br>masło, herbata<br>DIETA 3, 4, 12, 14                                           | G<br>G                      | Mleko 2%                                                                                                                       | 230ml | M                         |
|                                                                                                                        |                             | Kasza jaglana                                                                                                                  | 30g   | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Mleko 2%                                                                                                                       | 400ml | M                         |
|                                                                                                                        |                             | Herbata                                                                                                                        | 230ml | -                         |
| II ŚNIADANIE<br>Koktajl truskawkowo-bananowy<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14                                 | BO                          | Jogurt naturalny                                                                                                               | 200ml | M                         |
|                                                                                                                        |                             | Truskawka mrożona                                                                                                              | 50g   | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Banan świeży                                                                                                                   | 30g   | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Cukier                                                                                                                         | 3g    | -                         |
| OBIAD<br>Zupa brokułowa z makaronem<br>świderki i ciecierzycą- DIETA 1, 6                                              | G                           | Kości, wywar                                                                                                                   | 200ml | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Marchew                                                                                                                        | 15g   | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Pietruszka, korzeń                                                                                                             | 7g    | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Seler, korzeń                                                                                                                  | 6g    | SEL                       |
| Zupa jarzynowa z makaronem<br>świderki- DIETA 2, 3, 4, 12, 14                                                          | G                           | Por, świeży                                                                                                                    | 3g    | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Masło 82%                                                                                                                      | 3g    | M                         |
|                                                                                                                        |                             | Mleko 2%                                                                                                                       | 10g   | M                         |
|                                                                                                                        |                             | Śmietana 12%                                                                                                                   | 7g    | M                         |
| Bitki drobiowe w sosie własnym<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14                                                          | D<br>PA                     | Olej                                                                                                                           | 10g   | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Mąka pszenna                                                                                                                   | 15g   | G                         |
|                                                                                                                        |                             | Włoszczyzna                                                                                                                    | 25g   | SEL                       |
|                                                                                                                        |                             | Brokuł, mrożony                                                                                                                | 50g   | SEL                       |
| Ryż brązowy<br>DIETA 1, 6                                                                                              | G                           | Makaron pszenny, świderki                                                                                                      | 30g   | G, J                      |
|                                                                                                                        |                             | Ciecierzycza konserwowa                                                                                                        | 10g   | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Filet z kurczaka                                                                                                               | 100g  | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Mąka pszenna                                                                                                                   | 10g   | G                         |
| Ryż biały<br>DIETA 2, 3, 4, 12, 14                                                                                     | G                           | Ryż brązowy                                                                                                                    | 70g   | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Ryż biały                                                                                                                      | 70g   | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Buraki                                                                                                                         | 100g  | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Jabłko, świeże                                                                                                                 | 20g   | -                         |
| Ćwikła<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14                                                                                  | G                           | Włoszczyzna, mrożona                                                                                                           | 100g  | SEL                       |
|                                                                                                                        |                             | Jabłko                                                                                                                         | 50g   | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Cukier                                                                                                                         | 3g    | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon] | -     | SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, |
| PODWIECZOREK<br>Sok owocowy<br>DIETA 1, 2, 3, 4                                                                        | BO                          | Sok owocowy                                                                                                                    | 330ml | -                         |
| Kiwi<br>DIETA 6                                                                                                        | BO                          | Kiwi, świeże                                                                                                                   | 100g  | -                         |
| KOLACJA<br><br>Twarożek ze szpinakiem, salata<br>czerwona strzępiasta, chleb, masło,<br>herbata<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6 | G                           | Chleb pszenny                                                                                                                  | 90g   | G                         |
|                                                                                                                        |                             | Chleb graham                                                                                                                   | 90g   | G                         |
|                                                                                                                        |                             | Bułka pszenna                                                                                                                  | 50g   | G                         |
|                                                                                                                        |                             | Masło 82%                                                                                                                      | 15g   | M                         |
|                                                                                                                        |                             | Cukier                                                                                                                         | 3g    | -                         |
|                                                                                                                        |                             | Twaróg biały                                                                                                                   | 60g   | M                         |
|                                                                                                                        |                             | Śmietana 12%                                                                                                                   | 10g   | M                         |
|                                                                                                                        |                             | Szpinak rozdrobniony, mrożony                                                                                                  | 12g   | -                         |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi,<br>chleb, masło, herbata<br>DIETA 12, 14                                            | G<br>G                      | Płatki owsiane                                                                                                                 | 30g   | G                         |
|                                                                                                                        |                             | Mleko 2%                                                                                                                       | 400ml | M                         |
|                                                                                                                        |                             | Herbata                                                                                                                        | 230ml | -                         |
|                                                                                                                        |                             |                                                                                                                                |       |                           |

E=2163,61kcal/W=279,51g/T=68,82g/B=90,71g/Kw.Tl.Nasy.=33,24g/Cukry=85,00g/S=5,47g/Bl.=24,29g

Sporządził:

Zatwierdził:

# 12.04.2025r.

## **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=2163,61kcal/W=279,51g/T=68,82g/B=90,71g/Kw.Tł.Nasy.=33,24g/Cukry=85,00g/S=5,47g/Bl.=24,29g</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|

Sporządził:

Zatwierdził: