

# 02.06.2025r.

| RODZAJ POSILKU<br>RODZAJ DIETY                                                                                | SPOSÓB<br>OBRÓBK<br>POSILKU | SKŁAD POSILKU                                                                                                             |           | ALERGENY                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------|
| ŚNIADANIE<br><br>Szynka wieprzowa, ogórek kiszony,<br>chleb, masło, kawa zbożowa<br>DIETA 1, 2, 6             | G                           | Chleb pszenny                                                                                                             | 30-90g    | G                            |
|                                                                                                               |                             | Chleb graham                                                                                                              | 30-90g    | G                            |
|                                                                                                               |                             | Bułka pszenna                                                                                                             | 50g       | G                            |
|                                                                                                               |                             | Masło 82%                                                                                                                 | 15g       | M                            |
|                                                                                                               |                             | Cukier                                                                                                                    | 4g        | -                            |
|                                                                                                               |                             | Szynka wieprzowa, wędlina                                                                                                 | 70g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Ogórek kiszony                                                                                                            | 30g       | -                            |
| Zupa mleczna z makaronem nitki, chleb,<br>masło, herbata<br>DIETA 3, 4, 12, 14                                | G                           | Mleko 2%                                                                                                                  | 230ml     | M                            |
|                                                                                                               | G                           | Kawa zbożowa                                                                                                              | 5g        | G                            |
|                                                                                                               |                             | Makaron pszenny, nitki                                                                                                    | 30g       | G, J                         |
|                                                                                                               |                             | Mleko 2%                                                                                                                  | 400ml     | M                            |
| II ŚNIADANIE<br>Koktajl zielony<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14                                                   | BO                          | Herbata                                                                                                                   | 230ml     | -                            |
|                                                                                                               |                             | Szpinak mrożony                                                                                                           | 35g       | SEL                          |
|                                                                                                               |                             | Sok pomarańczowy                                                                                                          | 100ml     | -                            |
| Jabłko świeże<br>DIETA 6                                                                                      | BO                          | Jabłko                                                                                                                    | 60g/ 150g | -                            |
| OBIAD<br><br>Zupa gulaszowa z ziemniakami i<br>soczewicą czerwoną<br>DIETA 1, 6                               | G                           | Banan                                                                                                                     | 35g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Kości, wywar                                                                                                              | 200ml     | -                            |
|                                                                                                               |                             | Marchew                                                                                                                   | 15g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Pietruszka, korzeń                                                                                                        | 7g        | -                            |
|                                                                                                               |                             | Seler, korzeń                                                                                                             | 6g        | SEL                          |
|                                                                                                               |                             | Por, świeży                                                                                                               | 3g        | -                            |
|                                                                                                               |                             | Masło 82%                                                                                                                 | 8g        | M                            |
| Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym i<br>ziemniakami<br>DIETA 2, 3, 4, 12, 14                                   | G                           | Mleko 2%                                                                                                                  | 10g       | M                            |
|                                                                                                               |                             | Śmietana 12%                                                                                                              | 7g        | M                            |
|                                                                                                               |                             | Olej                                                                                                                      | 10g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Mąka pszenna                                                                                                              | 15g       | G                            |
| Ryż biały z musem owocowym słodzone<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14                                               | PA<br>D                     | Włoszczyzna                                                                                                               | 25g       | SEL                          |
|                                                                                                               |                             | Ziemniaki                                                                                                                 | 130g      | -                            |
|                                                                                                               |                             | Soczewica czerwona                                                                                                        | 10g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Koncentrat pomidorowy                                                                                                     | 5g        | -                            |
|                                                                                                               |                             | Kukurydza konserwowa                                                                                                      | 5g        | -                            |
| Ryż brązowy z musem owocowym<br>niesłodzone<br>DIETA 6                                                        | PA<br>D                     | Filet drobiowy                                                                                                            | 40g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Ryż biały / Ryż brązowy                                                                                                   | 80g / 80g | - / -                        |
|                                                                                                               |                             | Mleko 2%                                                                                                                  | 240ml     | M                            |
|                                                                                                               |                             | Cukier                                                                                                                    | 7g        | -                            |
|                                                                                                               |                             | Cukier wanilinowy                                                                                                         | 1g        | -                            |
|                                                                                                               |                             | Truskawka, mrożona                                                                                                        | 50g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Jabłko, świeże                                                                                                            | 100g      | -                            |
| Kompot owocowy<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14                                                      | G                           | Śmietanka 30%                                                                                                             | 3ml       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Mieszanka kompotowa, mrożona                                                                                              | 25g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Cukier                                                                                                                    | 4g        | -                            |
|                                                                                                               |                             | Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny,<br>kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki,<br>sól, kwas cytrynowy] | -         | SEL, G, O, J SOJ,<br>SEZ, M, |
|                                                                                                               |                             |                                                                                                                           |           |                              |
| PODWIECZOREK<br>Arbuz<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6                                                                  | BO                          | Arbuz, świeży                                                                                                             | 150g      | -                            |
| KOLACJA<br><br>Galareta drobiowa z warzywami, sałata<br>zielona, chleb, masło, herbata<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6 | G<br>G                      | Chleb pszenny                                                                                                             | 30-90g    | G                            |
|                                                                                                               |                             | Chleb graham                                                                                                              | 30-90g    | G                            |
|                                                                                                               |                             | Bułka pszenna                                                                                                             | 50g       | G                            |
|                                                                                                               |                             | Masło 82%                                                                                                                 | 15g       | M                            |
|                                                                                                               |                             | Cukier                                                                                                                    | 4g        | -                            |
|                                                                                                               |                             | Udko drobiowe                                                                                                             | 30g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Filet drobiowy                                                                                                            | 30g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Pietruszka, korzeń                                                                                                        | 5g        | -                            |
|                                                                                                               |                             | Seler, korzeń                                                                                                             | 4g        | SEL                          |
|                                                                                                               |                             | Marchew, świeża                                                                                                           | 10g       | -                            |
| Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb,<br>masło, herbata<br>DIETA 12, 14                                     | G                           | Natka pietruszki, liście                                                                                                  | 1g        | -                            |
|                                                                                                               | G                           | Włoszczyzna                                                                                                               | 20g       | SEL                          |
|                                                                                                               |                             | Groszek konserwowy                                                                                                        | 5g        | -                            |
|                                                                                                               |                             | Sałata zielona, świeża                                                                                                    | 15g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Żelatyna                                                                                                                  | 10g       | -                            |
|                                                                                                               |                             | Kasza jęczmienna                                                                                                          | 30g       | G                            |
|                                                                                                               |                             | Mleko 2%                                                                                                                  | 400ml     | M                            |
|                                                                                                               |                             | Herbata                                                                                                                   | 230ml     | -                            |

E=2142,22kcal/W=296,80g/T=65,87g/B=93,37g/Kw.Tl.Nasy.=30,68g/Cukry=86,18g/S=6,58g/Bl.=27,98g

Sporządził:

Zatwierdził:

# 02.06.2025r.

## **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=2142,22kcal/W=296,80g/T=65,87g/B=93,37g/Kw.Tł.Nasy.=30,68g/Cukry=86,18g/S=6,58g/Bl.=27,98g</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|

Sporządził:

Zatwierdził: