

# 07.06.2025r.

| RODZAJ POSILKU<br>RODZAJ DIETY                                                                                                | SPOSÓB<br>OBRÓBK<br>POSILKU | SKŁAD POSILKU                                                                                                         |        | ALERGENY                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------|
| <b>ŚNIADANIE</b><br><br>Zupa mleczna z płatkami<br>jęczmiennymi, chleb, masło, herbata<br>DIETA 1, 2, 12, 14                  | G                           | Chleb pszenny                                                                                                         | 30-90g | G                         |
|                                                                                                                               |                             | Chleb graham                                                                                                          | 30-90g | G                         |
|                                                                                                                               |                             | Bułka pszenna                                                                                                         | 50g    | G                         |
|                                                                                                                               |                             | Masło 82%                                                                                                             | 15g    | M                         |
|                                                                                                                               |                             | Cukier                                                                                                                | 3g     | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Szynka drobiowa                                                                                                       | 70g    | SOJ, G                    |
| Szynka drobiowa, sałata zielona,<br>chleb, masło, bawarka<br>DIETA 3, 4, 6+ Rehabilitacja                                     | G                           | Salata zielona, świeża                                                                                                | 35g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Herbata                                                                                                               | 100ml  | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Mleko 2%                                                                                                              | 130ml  | M                         |
|                                                                                                                               |                             | Płatki jęczmienne                                                                                                     | 30g    | G                         |
|                                                                                                                               |                             | Mleko 2%                                                                                                              | 400ml  | M                         |
| II ŚNIADANIE<br>Gryzik z syropem owocowym<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 12, 14                                                         | G                           | Herbata                                                                                                               | 230ml  | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Mleko 2%                                                                                                              | 200ml  | M                         |
|                                                                                                                               |                             | Kasza manna                                                                                                           | 30g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Syrop owocowy                                                                                                         | 15ml   | -                         |
| Jogurt naturalny<br>DIETA 6                                                                                                   | G                           | Cukier                                                                                                                | 3g     | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Jogurt naturalny                                                                                                      | 150g   | M                         |
| <b>OBIAD</b><br>Zupa ogórkowa z kaszą jęczmienną<br>DIETA 1, 2, 6                                                             | G                           | Kości, wywar                                                                                                          | 200ml  | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Marchew świeża                                                                                                        | 15g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Pietruszka, korzeń                                                                                                    | 7g     | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Seler korzeń                                                                                                          | 6g     | SEL                       |
|                                                                                                                               |                             | Por, świeży                                                                                                           | 3g     | -                         |
| Zupa jarzynowa z kaszą jęczmienną<br>DIETA 3, 4, 12, 14                                                                       | G                           | Masło 82%                                                                                                             | 5g     | M                         |
|                                                                                                                               |                             | Mleko 2%                                                                                                              | 10g    | M                         |
|                                                                                                                               |                             | Śmietana 12%                                                                                                          | 7g     | M                         |
|                                                                                                                               |                             | Olej                                                                                                                  | 10g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Mąka pszenna                                                                                                          | 15g    | G                         |
| Zapiekanka ziemniaczana z jarzynami<br>i mięsem drobiowym<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14                                      | G<br>PA                     | Włoszczyzna, mrożona                                                                                                  | 25g    | SEL                       |
|                                                                                                                               |                             | Ogórek kiszony                                                                                                        | 30g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Kasza jęczmienna                                                                                                      | 30g    | G                         |
|                                                                                                                               |                             | Ziemniaki                                                                                                             | 200g   | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Brokuł, mrożony                                                                                                       | 30g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Marchew kostka, mrożona                                                                                               | 30g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Kalafior, mrożony                                                                                                     | 30g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Mieszanek 7-składnikowa, mrożona                                                                                      | 50g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Kukurydza konserwowa                                                                                                  | 3g     | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Włoszczyzna, mrożona                                                                                                  | 25g    | SEL                       |
| Sos pomidorowy<br>DIETA 1, 2, 6                                                                                               | G                           | Fasolka szparagowa, mrożona                                                                                           | 25g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Filet drobiowy                                                                                                        | 80g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Koncentrat pomidorowy                                                                                                 | 5g     | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Mąka pszenna                                                                                                          | 10g    | G                         |
|                                                                                                                               |                             | Mieszanek kompotowa                                                                                                   | 30g    | -                         |
| Kompot owocowy<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6( bez cukru), 12,14                                                                      | G                           | Cukier                                                                                                                | 3g     | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy] | -      | SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M, |
| <b>PODWIECZOREK</b><br>Sok owocowy<br>DIETA 1, 2, 3, 4                                                                        | BO                          | Sok owocowy                                                                                                           | 330ml  | -                         |
| Jabłko, świeże<br>DIETA 6                                                                                                     | BO                          | Jabłko, świeże                                                                                                        | 150g   | -                         |
| <b>KOLACJA</b><br><br>Paszтет drobiowy, sałata strzępiasta z<br>papryką, chleb, masło, herbata<br>DIETA 1, 2 (bez papryki), 6 | PI<br>G                     | Chleb pszenny                                                                                                         | 30-90g | G                         |
|                                                                                                                               |                             | Chleb graham                                                                                                          | 30-90g | G                         |
|                                                                                                                               |                             | Bułka pszenna                                                                                                         | 50g    | G                         |
|                                                                                                                               |                             | Masło 82%                                                                                                             | 15g    | M                         |
|                                                                                                                               |                             | Cukier                                                                                                                | 3g     | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Paszтет drobiowy                                                                                                      | 70g    | G, J                      |
|                                                                                                                               |                             | Salata strzępiasta czerwona, świeża                                                                                   | 10g    | -                         |
| Zupa mleczna z ryżem brązowym,<br>chleb, masło, herbata<br>DIETA 3, 4, 12, 14                                                 | G<br>G                      | Papryka czerwona, świeża                                                                                              | 10g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Ryż brązowy                                                                                                           | 30g    | -                         |
|                                                                                                                               |                             | Mleko 2%                                                                                                              | 400ml  | M                         |
|                                                                                                                               |                             | Herbata                                                                                                               | 230ml  | -                         |

E=2219,38kcal/W=308,72g/T=70,55g/B=80,10g/Kw.Tl.Nasy.=33,38g/Cukry=101,56g/S=5,84g/Bl.=27,68g

Sporządził:

Zatwierdził:

# 07.06.2025r.

## **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=2219,38kcal/W=308,72g/T=70,55g/B=80,10g/Kw.Tł.Nasy.=33,38g/Cukry=101,56g/S=5,84g/Bl.=27,68g</b> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Sporządził:

Zatwierdził: