

# 26.06.2025r.

| RODZAJ POSILKU<br>RODZAJ DIETY                                                                                                    | SPOSÓB<br>OBRÓBK<br>POSILKU | SKŁAD POSILKU                                                                                                       |              | ALERGENY                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------|
| <b>ŚNIADANIE</b><br><br>Paszтет drobiowy, 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%                                                                                                           | 10g          | M                             |
|                                                                                                                                   |                             | Cukier                                                                                                              | 4g           | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Paszтет drobiowy                                                                                                    | 70g          | G, J                          |
| <b>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata- DIETA 3, 4, 12, 14</b>                                          | G                           | Ogórek kiszony                                                                                                      | 30g          | -                             |
|                                                                                                                                   | G                           | Płatki kukurydziane / Kawa zbożowa                                                                                  | 30g/ 5g      | G/ G                          |
|                                                                                                                                   |                             | Mleko 2% / Mleko 2%                                                                                                 | 400ml/ 230ml | M/ M                          |
|                                                                                                                                   |                             | Herbata                                                                                                             | 230ml        | -                             |
| <b>II ŚNIADANIE</b><br>Serek homogenizowany<br>DIETA 1, 2, 4, 12, 14                                                              | BO                          | Serek homogenizowany                                                                                                | 150g         | M                             |
| Jogurt naturalny<br>DIETA 3, 6                                                                                                    | BO                          | Jogurt naturalny                                                                                                    | 150g         | M                             |
| <b>OBIAD</b><br><br>Zupa dyniowa z ziemniakami<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14                                                     | G                           | Kości, wywar                                                                                                        | 200ml        | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Marchew                                                                                                             | 15g          | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Pietruszka, korzeń/ Por, świeży                                                                                     | 7g/ 3g       | -/ -                          |
|                                                                                                                                   |                             | Seler, korzeń                                                                                                       | 6g           | SEL                           |
|                                                                                                                                   |                             | Masło 82%                                                                                                           | 5g           | M                             |
| Bitki z indyka w sosie własnym z jarzynami<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14                                                         | D                           | Mleko 2%/ Śmietana 12%                                                                                              | 10ml/ 7ml    | M/ M                          |
|                                                                                                                                   |                             | Olej                                                                                                                | 10ml         | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Mąka pszenna                                                                                                        | 15g          | G                             |
|                                                                                                                                   |                             | Ziemniaki                                                                                                           | 130g         | -                             |
| Kasza jęczmienna<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14                                                                                   | G                           | Dynia, mrożona                                                                                                      | 100g         | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Włoszczyzna                                                                                                         | 25g          | SEL                           |
|                                                                                                                                   |                             | Mięso z indyka                                                                                                      | 100g         | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Mąka pszenna                                                                                                        | 10g          | G                             |
|                                                                                                                                   |                             | Włoszczyzna                                                                                                         | 12g          | SEL                           |
| Sałatka zielona z pomidorem i jogurtem<br>DIETA 1, 2, 6                                                                           | G                           | Kasza jęczmienna                                                                                                    | 70g          | G                             |
|                                                                                                                                   |                             | Sałata zielona, świeża                                                                                              | 50g          | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Pomidor, świeży                                                                                                     | 60g          | -                             |
| Szpinak na ciepło<br>DIETA 3, 4, 12, 14                                                                                           | G                           | Jogurt grecki                                                                                                       | 20ml         | M                             |
|                                                                                                                                   |                             | Szpinak rozdrobniony, mrożony                                                                                       | 100g         | -                             |
| Kompot owocowy<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru), 12, 14                                                                          | G                           | Mieszanka kompotowa                                                                                                 | 25g          | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Cukier                                                                                                              | 4g           | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | 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>Arbuz<br>DIETA 1, 2, 3, 4, 6                                                                               | BO                          | Arbuz, świeży                                                                                                       | 150g         | -                             |
| <b>KOLACJA</b><br><br>Drożdżówka z budyniem waniliowym, rabarborem i kruszonką, chleb, twaróg, masło, herbata<br>DIETA 1, 2, 3, 4 | PI<br>G                     | Chleb pszenny                                                                                                       | 30-90g       | G                             |
|                                                                                                                                   |                             | Chleb graham                                                                                                        | 30-90g       | G                             |
|                                                                                                                                   |                             | Bułka pszenna                                                                                                       | 50g          | G                             |
|                                                                                                                                   |                             | Masło 82%                                                                                                           | 10g          | M                             |
|                                                                                                                                   |                             | Cukier                                                                                                              | 4g           | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Mąka pszenna                                                                                                        | 50g          | G                             |
|                                                                                                                                   |                             | Mleko 2%                                                                                                            | 100ml        | M                             |
|                                                                                                                                   |                             | Drożdże, instant                                                                                                    | 1g           | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Masło 82%                                                                                                           | 7g           | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Jaja                                                                                                                | 4g           | J                             |
| Szynka drobiowa, sałata lodowa, chleb, masło, herbata<br>DIETA 6                                                                  | G                           | Cukier                                                                                                              | 10g          | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Cukier wanilinowy                                                                                                   | 2g           | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Budyń wanilinowy                                                                                                    | 4g           | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Mleko 2%                                                                                                            | 50ml         | M                             |
|                                                                                                                                   |                             | Rabarbar, świeży                                                                                                    | 30g          | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Twaróg biały                                                                                                        | 30g          | M                             |
| Zupa mleczna z ryżem brązowym, chleb, masło, herbata<br>DIETA 12, 14                                                              | G<br>G                      | Śmietana 12%                                                                                                        | 5g           | M                             |
|                                                                                                                                   |                             | Szynka drobiowa                                                                                                     | 70g          | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Sałata lodowa, świeża                                                                                               | 35g          | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Ryż brązowy                                                                                                         | 30g          | -                             |
|                                                                                                                                   |                             | Mleko 2%                                                                                                            | 400ml        | M                             |
|                                                                                                                                   |                             | Herbata                                                                                                             | 230ml        | -                             |

E=2146,41kcal/W=281,31g/T=71,90g/B=91,43g/Kw.Tł.Nasy.=35,63g/Cukry=82,70g/S=4,50g/Bl.=23,40g

Sporządził:

Zatwierdził:

# 26.06.2025r.

## **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=2146,41kcal/W=281,31g/T=71,90g/B=91,43g/Kw.Tł.Nasy.=35,63g/Cukry=82,70g/S=4,50g/Bl.=23,40g</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|

Sporządził:

Zatwierdził: