

# 07.09.2025r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU		ALERGENY
<b>ŚNIADANIE</b> Twarożek z tuńczykiem, pomidor, chleb, masło, kakao DIETA 1, 2, 6	G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
<b>Twarożek z tuńczykiem, roszonek świeża, chleb, masło, kakao DIETA 3, 4</b>	G	Twaróg biały	50g	M
		Jogurt naturalny	8g	M
		Pomidor, świeży	50g	-
		Tuńczyk w sosie własnym	20g	R
		Roszonek, świeża	10g	-
		Kakao	2g	G
<b>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb, masło, herbata DIETA 12, 14</b>	G	Mleko 2%	230ml	M
	G	Płatki kukurydziane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Budyń śmietankowy z biszkoptami DIETA 1, 2, 3, 4, 6(bez cukru i biszkoptów), 12, 14	G	Mleko 2%	200ml	M
		Budyń śmietankowy	15g	-
		Biszkopty	12g	G, J
		Cukier	3g	-
<b>OBIAD</b> Rosół z ziemniakami DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości, wywar	400ml	-
		Marchew	15g	-
		Pietruszka, korzeń	7g	-
		Seler, korzeń	6g	SEL
		Por, świeży	2g	-
<b>Bitki wołowe w sosie własnym DIETA 1, 2, 6</b>	D	Masło 82%	2g	M
		Mleko 2%	10g	M
		Olej	20ml	-
<b>Bitki drobiowe w sosie własnym DIETA 3, 4, 12, 14</b>	D	Mąka pszenna	15g	G
		Cebula	3g	-
		Natka pietruszki, świeża	1g	-
<b>Kasza jęczmienna DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14</b>	G	Ziemniaki	130g	-
		Wołowina	100g	-
		Filet drobiowy	100g	-
		Kasza jęczmienna	60g	G
<b>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem DIETA 1, 2, 6</b>	BO	Kapusta pekińska, świeża	70g	-
		Marchew, świeża	20g	-
		Jabłko, świeże	20g	-
		Marchew kostka, mrożona	100g	SEL
<b>Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Truskawka, mrożona/ Rabarbar, świeży	12g/ 20g	- / -
		Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, czosnek świeży]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
<b>PODWIECZOREK</b> Sok owocowy DIETA 1, 2, 3, 4	BO	Sok owocowy	330ml	-
<b>Jabłko DIETA 6</b>	BO	Jabłko, świeże	150g	-
<b>KOLACJA</b> Salatka jarzynowa, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G G	Chleb pszenny	30-120g	G
		Chleb graham	30-120g	G
		Bułka pszenna	50g	G
		Masło 82%	10g	M
		Jogurt grecki	20g	M
		Ogórek kiszony	10g	-
		Groszek konserwowy	5g	-
		Kukurydza konserwowa	5g	-
		Marchew, kostka, mrożona	40g	-
		Ziemniaki	40g	-
		Jabłko, świeże	10g	-
		Pietruszka korzeń	5g	-
		Seler korzeń	5g	SEL
		<b>Zupa mleczna z kaszą kuskus, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14</b>	G	Jaja
G	Kasza kuskus		30g	G
	Mleko 2%		400ml	M
	Herbata		230ml	-

**E=2166,97kcal/W=282,08g/T=68,35g/B=94,36g/Kw.Tł.Nasy.=26,50g/Cukry=79,52g/S=6,25g/Bl.=41,65g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 07.09.2025r.

## **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 posilków znajduje się u Kierownika Kuchni Międzyoddziałowej.**

**E=2166,97kcal/W=282,08g/T=68,35g/B=94,36g/Kw.Tł.Nasy.=26,50g/Cukry=79,52g/S=6,25g/Bl.=41,65g**

Sporządził:

Zatwierdził: