

# 17.01.2024r.

RODZAJ POSILKU RODZAJ DIETY	SPOSÓB OBRÓBK POSILKU	SKŁAD POSILKU	ALERGENY	
<b>ŚNIADANIE</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 12, 14	G G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g/15g	M
		Cukier	10g	-
Szynka wieprzowa, mix салат, papryka czerwona, chleb graham, masło, kawa inka DIETA 6	G	Szynka wieprzowa	70g	-
		Papryka czerwona	50g	-
		Mix салат	10g	-
		Kawa inka	2g	G
		Mleko 2%	230ml	M
Szynka wieprzowa, mix салат, chleb/bulka, masło, kawa inka DIETA 3,4	G	Płatki owsiane	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-
<b>II ŚNIADANIE</b> Serek homogenizowany DIETA 1, 2, 4, 12, 14	BO	Serek homogenizowany	150g	M
Jogurt naturalny DIETA 3, 6	BO	Jogurt naturalny	200g	M
<b>OBIAD</b> Barszcz czerwony z jajkiem DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Kości kulinarne	30g	-
		Marchew	25g	-
		Masło 82%	7g	M
		Mleko 2%	15g	M
Gulasz drobiowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	D	Śmietana 12%	5g	M
		Olej	5g	-
		Mąka pszenna	15g	G
		Włoszczyzna	25g	SEL
		Mieszanka 7-składnikowa	25g	SEL
		Seler	5g	SEL
Kluski śląskie DIETA 1, 2	G	Buraki	40g	-
		Koncentrat buraczany	5ml	-
		Jaja	25g	J
		Filet drobiowy	100g	-
		Ziemniaki	150g	-
		Jaja	5g	J
Ziemniaki DIETA 3, 4, 6, 12, 14	G	Mąka pszenna	15g	G
		Mąka ziemniaczana	30g	-
		Ziemniaki	250g	-
		Kapusta pekińska	70g	-
Surówka z kapusty pekińskiej DIETA 1, 2, 6	BO	Jabłko	25g	-
		Marchew	15g	-
		Jogurt grecki	15g	M
		Marchew	100g	-
Marchew na ciepło DIETA 3, 4, 12, 14	G	Mieszanka kompotowa	30g	G, SOJ, SEZ, SEL
		Cukier	10g	-
Kompot owocowy DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	G	Przyprawy [majeranek, lubczyk, pieprz czarny, kminek mielony, koper suszony, natka pietruszki, sól, kwasek cytrynowy, cynamon]	-	SEL, G, O, J SOJ, SEZ, M,
<b>PODWIECZOREK</b> Banan DIETA 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14	BO	Banan	150g	-
<b>KOLACJA</b> Salatka z makaronu, mięsa drobiowego, pomidora i rukoli, chleb, masło, herbata DIETA 1, 2, 6	G D G	Chleb pszenny	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Chleb graham	90g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Bułka pszenna	50g	G, SOJ, SEZ, M, J
		Masło 82%	10g/15g	M
		Cukier	10g	-
		Makaron pszenny, świderki	35g	G
		Rukola	7g	-
Zupa mleczna z kaszą manną, chleb, masło, herbata DIETA 3, 4, 12, 14	G G	Filet drobiowy	40g	-
		Pomidor	25g	-
		Olej	5g	-
		Kasza manna	30g	G
		Mleko 2%	400ml	M
		Herbata	230ml	-

**E=2371,49kcal /W=331,72g/T=71,93g/B=98,86g/Kw.Tl.Nasy.=32,74g/Cukry=83,44g/S=3,1g/Bl.=2,56g**

Sporządził:

Zatwierdził:

# 17.01.2024r.

**LEGENDA:**

**Oznaczenia sposobu obróbki posiłku:**

**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.

**E=2371,49kcal /W=331,72g/T=71,93g/B=98,86g/Kw.Tł.Nasy.=32,74g/Cukry=83,44g/S=3,1g/Bl.=2,56g**

Sporządził:

Zatwierdził: