

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b> <b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (1,7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana wieprzowa 60g(6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata truskawkowa 220ml, ogórek zielony 100g <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), pierś drobiowa smażona 100g (1,3), surówka z marchewki i jabłka 130g, kompot wiśniowy 220ml <b>Podwieczorek:</b> nektarynka 1 szt. <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony 60g (6), herbata czarna 220ml, ogórek kiszony 100g, <b>Posilek dodatkowy:</b> soczek owocowy 200ml</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</b> <b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana wieprzowa 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g, <b>II śniadanie:</b> kefir naturalny 150ml (7) <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), pierś drobiowa w sosie koperkowym (100g mięso + 100 g sos) (1), surówka z marchewki i jabłka 130g, kompot wiśniowy b/c 220 ml <b>Podwieczorek:</b> nektarynka 1 szt. <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, ogórek kiszony 100g <b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty z rzodkiewką 50g (7), pomidor 50g, 3 listki, herbata truskawkowa b/c 220ml</p> <p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b> <b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana wieprzowa 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, rukola 30g <b>II śniadanie:</b> kefir naturalny 150ml (7) <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), pierś drobiowa w sosie koperkowym (100g mięso + 100 g sos) (1), buraczki gotowane na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy b/c 220 ml <b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony 60g (6), herbata truskawkowa b/c 220ml, pomidor 100g <b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 50g (7), pomidor 50g, 3 listki, herbata truskawkowa b/c 220ml</p>	<p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b> <b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (1,7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 60g(6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata truskawkowa 220ml, rukola 30g <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), pierś drobiowa w sosie koperkowym (100g mięso + 100 g sos) (1), buraczki gotowane na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy 220ml <b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet pieczony 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g <b>Posilek dodatkowy:</b> soczek owocowy 200ml</p> <p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]</b> <b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (1,7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 100g(6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata truskawkowa 220ml, rukola 30g <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), pierś drobiowa w sosie koperkowym (100g mięso + 100 g sos) (1), buraczki gotowane na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy 220ml <b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet pieczony 100g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g <b>Posilek dodatkowy:</b> soczek owocowy 200ml</p> <p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b> <b>Śniadanie:</b> ryż na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 60g(6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata truskawkowa 220ml, rukola 30g <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), pierś drobiowa w sosie koperkowym (100g mięso + 100 g sos) (1), buraczki gotowane na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy 220ml <b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. <b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet pieczony 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g <b>Posilek dodatkowy:</b> soczek owocowy 200ml</p> <p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [ 1/WE]</b> <b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (1,7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g 2 szt. (3) miód naturalny 25g 1 szt., herbata truskawkowa 220ml, ogórek zielony 100g <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g na <u>wywarze warzywnym</u> (1,9), ziemniaki got. 250g (1), kotlet smażony z kaszy jaglanej 100g (1,3) , surówka z marchewki i jabłka 130g, kompot wiśniowy 220ml <b>Podwieczorek:</b> nektarynka 1 szt. <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), konserwa rybna 170g (1,3,4,7,9,10), herbata czarna 220ml, pomidor 100g <b>Posilek dodatkowy:</b> soczek owocowy 200ml</p>
---	---

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 18.08.2024r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2112	Wartość energetyczna [kcal]	2056.6
Wartość energetyczna [kJ]	8878.2	Wartość energetyczna [kJ]	8627.9
Białko [g]	77.3	Białko [g]	83.5
Tłuszcz [g]	70.9	Tłuszcz [g]	81.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.6
Węglowodany ogółem [g]	300.36	Węglowodany ogółem [g]	324.35
Cukry [g]	60.85	Cukry [g]	95.72
Błonnik pokarmowy [g]	18.44	Błonnik pokarmowy [g]	13.75
Sól [g]	3.62	Sól [g]	3.22
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2007.3	Wartość energetyczna [kcal]	2145.2
Wartość energetyczna [kJ]	8435	Wartość energetyczna [kJ]	9013.6
Białko [g]	88.4	Białko [g]	86.6
Tłuszcz [g]	70.3	Tłuszcz [g]	76.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.6
Węglowodany ogółem [g]	263.5	Węglowodany ogółem [g]	285.43
Cukry [g]	37.4	Cukry [g]	60.31
Błonnik pokarmowy [g]	16.8	Błonnik pokarmowy [g]	15.89
Sól [g]	3.75	Sól [g]	3.89
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2039.2	Wartość energetyczna [kcal]	2061.7
Wartość energetyczna [kJ]	8568.1	Wartość energetyczna [kJ]	8663.1
Białko [g]	89.6	Białko [g]	63.8
Tłuszcz [g]	71.5	Tłuszcz [g]	70.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.5
Węglowodany ogółem [g]	268.24	Węglowodany ogółem [g]	302.88
Cukry [g]	45.94	Cukry [g]	56.68
Błonnik pokarmowy [g]	18.04	Błonnik pokarmowy [g]	21.5
Sól [g]	3.37	Sól [g]	2.92
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2106.2
		Wartość energetyczna [kJ]	8864.7
		Białko [g]	80.5
		Tłuszcz [g]	61.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.1
		Węglowodany ogółem [g]	317.03
		Cukry [g]	64.67
		Błonnik pokarmowy [g]	19.24
		Sól [g]	2.8

*W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczycę, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.*

*b/c – bez cukru*

Legenda alergenów w nawiasach ( ):

1. Gluten. 2. Skorupiaki i produkty pochodne. 3. Jaja i produkty pochodne. 4. Ryby i produkty pochodne. 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne. 6. Soja i produkty pochodne. 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą). 8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca. 9. Seler i produkty pochodne. 10. Gorczyca i produkty pochodne. 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne. 12. Dwutlenek siarki i siarczyny. 13. Łubin i produkty pochodne. 14. Mięczaki i produkty pochodne.

*Jadłospis opracowany przez Dietetyka Działu Żywnienia*

*Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia*

*Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW  
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI*

**ZAŁĄCZNIK I**

**ROZPORZĄDZENIA PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011  
SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE  
NIETOLERANCJI**

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:
    - a) syropów glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę ( 1 );
    - b) maltodekstryn na bazie pszenicy ( 1 );
    - c) syropów glukozowych na bazie jęczmienia;
    - d) zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
  2. Skorupiaki i produkty pochodne;
  3. Jaja i produkty pochodne;
  4. Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem:
    - a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;
    - b) żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;
  5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
  6. Soja i produkty pochodne, z wyjątkiem:
    - a) całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego ( 1 );
    - b) mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D -alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego;
    - c) fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego;
    - d) estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;
  7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:
    - a) serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego,
    - b) laktitolu;
  8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
  9. Seler i produkty pochodne;
  10. Gorczyca i produkty pochodne;
  11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;
  12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO<sub>2</sub> dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;
  13. Łubin i produkty pochodne;
  14. Mięczaki i produkty pochodne.
- 1) Oraz produkty pochodne, o ile obróbka, jakiej je poddano, najprawdopodobniej nie wpływa na zwiększenie alergenicności, ocenionej przez właściwy organ w odniesieniu do produktu, z którego powstał.