

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g(6), dżem wiśniowy niskosłodzony 25g 1 szt., herbata malinowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa grochowa z ziemniakami (1,9), ryż z warzywami (brokuł, kalafior, cukinia, marchew, pietruszka, seler) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> śliwka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa 100g (6), musztarda 20g (10,12), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy 150g (7)</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata malinowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>II śniadanie:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa grochowa z ziemniakami (1,9), <u>ryż pełnoziarnisty</u> z warzywami (brokuł, kalafior, cukinia, marchew, pietruszka, seler) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> śliwka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa 100g (6), musztarda 20g (10,12), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare ziołowy 20g 1szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata malinowa b/c 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>II śniadanie:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa selerowa z ziemniakami (1,9), ryż z warzywami (brokuł,kalafior, cukinia, marchew, pietruszka, seler) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa 100g (6), ketchup 20g, herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare ziołowy 20g 1szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna 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></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g(6), dżem wiśniowy niskosłodzony 25g 1 szt., herbata malinowa 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa selerowa z ziemniakami (1,9), ryż z warzywami (brokuł, kalafior, cukinia, marchew, pietruszka, seler) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka drobiowa 100g (6), ketchup 20g, herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy 150g (7)</p> <p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 100g (6), dżem wiśniowy niskosłodzony 25g 1 szt., herbata malinowa 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa selerowa z ziemniakami (1,9), ryż z warzywami (brokuł, kalafior, cukinia, marchew, pietruszka, seler) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka drobiowa 100g (6), ketchup 20g , herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy 150g (7)</p> <p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na wodzie 400ml(1) margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g(6), dżem wiśniowy niskosłodzony 25g 1 szt., herbata malinowa 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa selerowa z ziemniakami (1,9), ryż z warzywami (brokuł, kalafior, cukinia, marchew, pietruszka, seler) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka drobiowa 100g (6), ketchup 20g, herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus jabłkowy 100g</p> <p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [ 1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), konserwa rybna śledź w pomidorach 170g (1,3,4,6,7, 9,10), herbata malinowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa grochowa z ziemniakami (1,9), ryż z warzywami (brokuł, kalafior, cukinia, marchew, pietruszka, seler) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> śliwka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy 150g (7)</p>
---	--

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 20.08.2024r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2445.4	Wartość energetyczna [kcal]	2244.2
Wartość energetyczna [kJ]	10273.5	Wartość energetyczna [kJ]	9405.7
Białko [g]	89.2	Białko [g]	76
Tłuszcz [g]	81.7	Tłuszcz [g]	92
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.3
Węglowodany ogółem [g]	355.65	Węglowodany ogółem [g]	295.34
Cukry [g]	74.29	Cukry [g]	70.62
Błonnik pokarmowy [g]	35.11	Błonnik pokarmowy [g]	34.78
Sól [g]	5.32	Sól [g]	5.78
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2500.2
		Wartość energetyczna [kJ]	10476
		Białko [g]	103.7
		Tłuszcz [g]	106
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.7
		Węglowodany ogółem [g]	300.02
		Cukry [g]	75.12
		Błonnik pokarmowy [g]	34.78
parametr	zawartość razem	Sól [g]	6.12
Wartość energetyczna [kcal]	2343.6	DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
Wartość energetyczna [kJ]	9837.7	parametr	zawartość razem
Białko [g]	90.2	Wartość energetyczna [kcal]	2141
Tłuszcz [g]	87.6	Wartość energetyczna [kJ]	9019.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.6	Białko [g]	61.9
Węglowodany ogółem [g]	311.75	Tłuszcz [g]	57
Cukry [g]	32.28	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.9
Błonnik pokarmowy [g]	26.66	Węglowodany ogółem [g]	353.12
Sól [g]	6.67	Cukry [g]	73.66
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		Błonnik pokarmowy [g]	16.6
		Sól [g]	3.02
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2427.3
		Wartość energetyczna [kJ]	10197.2
		Białko [g]	98.1
		Tłuszcz [g]	83.2
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.7
		Węglowodany ogółem [g]	336.17
parametr	zawartość razem	Cukry [g]	52.1
Wartość energetyczna [kcal]	2164.3	Błonnik pokarmowy [g]	29.82
Wartość energetyczna [kJ]	9061.5	Sól [g]	4.33
Białko [g]	77.6		
Tłuszcz [g]	98.2		
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.4		
Węglowodany ogółem [g]	256.41		
Cukry [g]	32.74		
Błonnik pokarmowy [g]	28.13		
Sól [g]	7.13		

--	--

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.*