

|  |  |
|--|--|
| <p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane wodzie 400ml(1), ma-<br/>sło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1),<br/>kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220ml,<br/>rzodkiew biała 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), pierogi ruskie 300g 6 szt. (1,7), kompot<br/>wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> nektarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1),<br/>polędwica drobiowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150 ml (7)</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW<br/>(CUKRZYCOWA) [6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1),<br/>kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220ml, rzodkiew<br/>biała 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron pełnoziarnisty z serem białym<br/>300g (1,7), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> nektarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polę-<br/>dwica drobiowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham<br/>25g (1), twaróg półtłusty 50g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/DIETA<br/>OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW<br/>(WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1),<br/>kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220ml, roszponka<br/>30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron łazankowy z serem białym (1,7)<br/>300g, kompot wiśniowy 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),<br/>polędwica drobiowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1),<br/>chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 50g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p> | <p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZA-<br/>JĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA<br/>Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane wodzie 400ml(1),<br/>masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa wieprzowa<br/>60g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron łazankowy z serem białym (1,7) 300g,<br/>kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica drobiowa 60g<br/>(6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150 ml (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 wodzie 400ml(1),<br/>masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa wieprzowa<br/>100g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron łazankowy z serem białym (1,7) 300g,<br/>kompot wiśniowy 220ml, serek wiejski 200g (7)</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica drobiowa<br/>100g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150 ml (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<br/>(baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodz.<br/>25g, herbata poziomkowa 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron łazankowy z serem białym (1,7) 300g,<br/>kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica<br/>drobiowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus mango 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 wodzie 400ml(1), masło tł.82%<br/>15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), dżem truskawkowy niskosłodz. 25g 1<br/>szt., jajko gotowane 2 szt. 100g (3), herbata poziomkowa 220ml, rzodkiew biała 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), pierogi ruskie 300g 6 szt. (1,7), kompot wiśniowy<br/>220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> nektarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 80g<br/>(7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150 ml (7)</p> |
|--|--|

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 24.09.2024r.

| DIETA PODSTAWOWA[1]  |                 | DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA) |                 |
|--|-----------------|--|-----------------|
| parametr   | zawartość razem | parametr   | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal]  | 2205.6          | Wartość energetyczna [kcal]  | 1904.3          |
| Wartość energetyczna [kJ]  | 9258.8          | Wartość energetyczna [kJ]  | 8006.5          |
| Białko [g]   | 83.4            | Białko [g]   | 63.1            |
| Tłuszcz [g]  | 85.1            | Tłuszcz [g]  | 62.1            |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 39.5            | Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 31.7            |
| Węglowodany ogółem [g]   | 285.13          | Węglowodany ogółem [g]   | 282.26          |
| Cukry [g]  | 49.21           | Cukry [g]  | 62.08           |
| Błonnik pokarmowy [g]  | 17.69           | Błonnik pokarmowy [g]  | 18.13           |
| Sól [g]  | 5.96            | Sól [g]  | 3.23            |
| DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)   |                 | DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)   |                 |
| parametr   | zawartość razem | parametr   | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal]  | 1835.7          | Wartość energetyczna [kcal]  | 2189.8          |
| Wartość energetyczna [kJ]  | 7723.6          | Wartość energetyczna [kJ]  | 9200.1          |
| Białko [g]   | 68.3            | Białko [g]   | 93.8            |
| Tłuszcz [g]  | 54.3            | Tłuszcz [g]  | 78              |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 28.7            | Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 34.1            |
| Cukry [g]  | 278.64          | Węglowodany ogółem [g]   | 287.01          |
| Błonnik pokarmowy [g]  | 42.49           | Cukry [g]  | 62.51           |
| Sól [g]  | 20.64           | Błonnik pokarmowy [g]  | 18.13           |
| Wartość energetyczna [kcal]  | 3.73            | Sól [g]  | 4               |
| ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA |                 | DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]   |                 |
| parametr   | zawartość razem | parametr   | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal]  | 1735.3          | Wartość energetyczna [kcal]  | 1934.6          |
| Wartość energetyczna [kJ]  | 7293.8          | Wartość energetyczna [kJ]  | 8147.6          |
| Białko [g]   | 65.6            | Białko [g]   | 51.3            |
| Tłuszcz [g]  | 59.9            | Tłuszcz [g]  | 54.2            |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 28.8            | Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 25.3            |
| Węglowodany ogółem [g]   | 239.83          | Węglowodany ogółem [g]   | 316.71          |
| Cukry [g]  | 42.5            | Cukry [g]  | 100.66          |
| Błonnik pokarmowy [g]  | 13.2            | Błonnik pokarmowy [g]  | 13.1            |
| Sól [g]  | 3.88            | Sól [g]  | 3.6             |
|  |                 | DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]   |                 |
| parametr   | zawartość razem | parametr   | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal]  | 1735.3          | Wartość energetyczna [kcal]  | 2308.5          |
| Wartość energetyczna [kJ]  | 7293.8          | Wartość energetyczna [kJ]  | 9680.7          |
| Białko [g]   | 65.6            | Białko [g]   | 82.4            |
| Tłuszcz [g]  | 59.9            | Tłuszcz [g]  | 96.8            |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 28.8            | Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 47.5            |
| Węglowodany ogółem [g]   | 239.83          | Węglowodany ogółem [g]   | 286.27          |
| Cukry [g]  | 42.5            | Cukry [g]  | 48.87           |
| Błonnik pokarmowy [g]  | 13.2            | Błonnik pokarmowy [g]  | 18.95           |
| Sól [g]  | 3.88            | Sól [g]  | 3.8             |

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

*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 glukozy na bazie pszenicy zawierających dekstrozę ( 1 );
    - b) maltodekstryn na bazie pszenicy ( 1 );
    - c) syropów glukozy 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.