

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400 ml (1,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka wieprzowa gotowana 60g(6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), papryka 100g, herbata czarna 220ml

Obiad: Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, kotlet schabowy wieprzowy smażony 100g (1,3), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, papryką z olejem rzepakowym 130g, kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: drożdżówka ok. 100g (1,3,7)

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony drobiowo – wieprzowy 60g (6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]

Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka wieprzowa gotowana 60g(6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), papryka 100g, herbata czarna b/c 220ml

Obiad: Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, bitka wieprzowa w sosie pomidorowym (100g mięso + 100 g sos) (1), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, papryka z olejem rzepakowym 130g, kompot z aronii b/c 220 ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony drobiowo – wieprzowy 60g (6), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml,

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) serek deliser 34g 2 szt. (7), pomidor 50g, herbata leśna b/c 220ml

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]

Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka wieprzowa gotowana 60g(6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, roszponka 30g

Obiad: Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, bitka wieprzowa w sosie pomidorowym (100g mięso + 100 g sos) (1), brokuł got. 130g, kompot z aronii b/c 220 ml

Podwieczorek: mus owocowy 1 szt. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony drobiowo – wieprzowy 60g (6), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml,

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) serek deliser 34g 2 szt. (7), pomidor 50g, herbata leśna b/c 220ml

DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400 ml (1,7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), szynka wieprzowa gotowana 60g(6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, roszponka 30g

Obiad: Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, bitka wieprzowa w sosie pomidorowym (100g mięso + 100 g sos) (1), brokuł got. 130g, kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: drożdżówka ok. 100g (1,3,7)

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet pieczony drobiowo – wieprzowy 60g (6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400 ml (1,7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), szynka wieprzowa gotowana 100g(6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, roszponka 30g

Obiad: Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, bitka wieprzowa w sosie pomidorowym (200g mięso + 100 g sos) (1), brokuł got. 130g, kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: drożdżówka ok. 100g (1,3,7)

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet pieczony drobiowo – wieprzowy 60g (6), pomidor 100g, pomidor 100g, herbata leśna 220ml

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: ryż na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), margaryna roślinna 80% tł 10g, szynka wieprzowa gotowana 60g(6), dżem wiśniowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, roszponka 30g

Obiad: Zupa szpinakowa z ryżem bez zabielenia 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, bitka wieprzowa w sosie pomidorowym (100g mięso + 100 g sos) (1), brokuł got. 130g, kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet pieczony drobiowo – wieprzowy 60g (6), pomidor 100g, pomidor 100g, herbata leśna 220ml

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400 ml (1,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), dżem wiśniowy 50g 2 szt., serek tartare ziołowy 40g 2 szt. (7), herbata czarna 220ml, papryka 100g

Obiad: Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z kaszy jaglanej w sosie pomidorowym (100g kotlet + 100 g sos) (1,3), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, papryka z olejem rzepakowym 130g, kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: drożdżówka ok. 100g (1,3,7)

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), jajko gotowane 2 szt. 100g (3), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 01.01.2025r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)			
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem		
Wartość energetyczna [kcal]	2025.8	Wartość energetyczna [kcal]	2240.9		
Wartość energetyczna [kJ]	8508.8	Wartość energetyczna [kJ]	9397.4		
Białko [g]	83	Białko [g]	90.5		
Tłuszcz [g]	74	Tłuszcz [g]	93.5		
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1		
Węglowodany ogółem [g]	265.26	Węglowodany ogółem [g]	268.68		
Cukry [g]	54.59	Cukry [g]	51.4		
Błonnik pokarmowy [g]	16.99	Błonnik pokarmowy [g]	19.12		
Sól [g]	5.61	Sól [g]	4.45		
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]			
		parametr	zawartość razem		
Wartość energetyczna [kcal]	2112.8	Wartość energetyczna [kcal]	2485.4		
Wartość energetyczna [kJ]	8874.4	Wartość energetyczna [kJ]	10416.1		
Białko [g]	93.9	Białko [g]	110.5		
Tłuszcz [g]	72.6	Tłuszcz [g]	110.1		
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47.2		
Węglowodany ogółem [g]	285.52	Węglowodany ogółem [g]	272.29		
Cukry [g]	44.38	Cukry [g]	51.52		
Błonnik pokarmowy [g]	29.14	Błonnik pokarmowy [g]	18.72		
Sól [g]	5.5	Sól [g]	5.7		
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]			
		parametr	zawartość razem		
Wartość energetyczna [kcal]	2187.3	Wartość energetyczna [kcal]	2144.7		
Wartość energetyczna [kJ]	9172.2	Wartość energetyczna [kJ]	8996.3		
Białko [g]	94.1	Białko [g]	85.2		
Tłuszcz [g]	91.9	Tłuszcz [g]	87.5		
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35		
Węglowodany ogółem [g]	254.87	Węglowodany ogółem [g]	263.38		
Cukry [g]	40.4	Cukry [g]	42.92		
Błonnik pokarmowy [g]	18.15	Błonnik pokarmowy [g]	18.92		
Sól [g]	4.26	Sól [g]	4.24		
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]			
		parametr	zawartość razem		
		Wartość energetyczna [kcal]	1832.1	Wartość energetyczna [kcal]	1832.1
		Wartość energetyczna [kJ]	7716.8	Wartość energetyczna [kJ]	7716.8
		Białko [g]	62.6	Białko [g]	62.6
		Tłuszcz [g]	48.6	Tłuszcz [g]	48.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.7
Węglowodany ogółem [g]	294.7	Węglowodany ogółem [g]	294.7		
Cukry [g]	85.06	Cukry [g]	85.06		
Błonnik pokarmowy [g]	17.53	Błonnik pokarmowy [g]	17.53		
Sól [g]	4.28	Sól [g]	4.28		

--	--

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 SO₂ 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.*