

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana wieprzowa 60g (1,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami (1,7,9), makaron mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6,9), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 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 gotowana wieprzowa 60g (1,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami (1,7,9), makaron (pełnoziarnisty) mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) b/c 220ml

Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6,9), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare ziołowy 20g (7), sałata strzępiasta 30g, herbata czarna 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 gotowana wieprzowa 60g (1,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9), makaron mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) b/c 220ml

Podwieczorek: Mus owocowy 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6,9), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare ziołowy 20g (7), sałata strzępiasta 30g, herbata czarna b/c 220ml

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

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 60g (1,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9),makaron mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6,9), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 100g (1,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9), makaron mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica miodowa drobiowa 100g (6,9), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: ryż na wodzie 400ml() margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 80g (1,10), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami bez zabielenia (1,9), makaron mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6,9), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: 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), konserwa rybna śledź w pomidorach 170g (1,4,6,7,9,10), herbata poziomkowa 220ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami (1,7,9), makaron warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1,9) mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), twaróg półtłusty 80g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 01.02.2025r.

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]	2096.8	Wartość energetyczna [kcal]	2092.9
Wartość energetyczna [kJ]	8816	Wartość energetyczna [kJ]	8799.3
Białko [g]	69.4	Białko [g]	69
Tłuszcz [g]	67.9	Tłuszcz [g]	67.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.3
Węglowodany ogółem [g]	312.75	Węglowodany ogółem [g]	311.97
Cukry [g]	91.73	Cukry [g]	91.28
Błonnik pokarmowy [g]	21.53	Błonnik pokarmowy [g]	21.27
Sól [g]	4.94	Sól [g]	3.23
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1893.7	Wartość energetyczna [kcal]	2195.5
Wartość energetyczna [kJ]	7954.1	Wartość energetyczna [kJ]	9223.4
Białko [g]	74.1	Białko [g]	84.6
Tłuszcz [g]	67.2	Tłuszcz [g]	77.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.4
Węglowodany ogółem [g]	258.18	Węglowodany ogółem [g]	300.39
Cukry [g]	45.94	Cukry [g]	79.07
Błonnik pokarmowy [g]	20.33	Błonnik pokarmowy [g]	21.27
Sól [g]	5.19	Sól [g]	4.13
DIETA 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]	1887.7	Wartość energetyczna [kcal]	1996.3
Wartość energetyczna [kJ]	7928.8	Wartość energetyczna [kJ]	8396.2
Białko [g]	73.6	Białko [g]	64
Tłuszcz [g]	67.1	Tłuszcz [g]	62.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.3
Węglowodany ogółem [g]	257.26	Węglowodany ogółem [g]	305.67
Cukry [g]	46.21	Cukry [g]	82.84
Błonnik pokarmowy [g]	20.26	Błonnik pokarmowy [g]	21.11
Sól [g]	4.61	Sól [g]	3.02
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]		Wartość energetyczna [kcal]	2168
Wartość energetyczna [kJ]		Wartość energetyczna [kJ]	9114.4
Białko [g]		Białko [g]	81.7
Tłuszcz [g]		Tłuszcz [g]	71.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.1
Węglowodany ogółem [g]		Węglowodany ogółem [g]	309.85
Cukry [g]		Cukry [g]	91.32
Błonnik pokarmowy [g]		Błonnik pokarmowy [g]	20.76
Sól [g]		Sól [g]	4.51

--	--

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 Żywnia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnia

*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.*