

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), ser żółty 60g (7), dżem truskawkowy 25g, pomidor 100g, herbata malinowa 220ml
Obiad: zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż got. 200g (1,9), mięso wieprzowe w warzywach (marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, kalafior) 180g (1,9), kompot z porzeczkowy 220ml
Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i groszku zielonego 100g (3,10), roszponka 30g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150ml (7)

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml
Obiad: zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż brązowy got. 200g (1,9), mięso wieprzowe w warzywach (marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, kalafior) 180g (1,9) kompot porzeczkowy b/c 220ml
Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i groszku zielonego 100g (3,10), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml
II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica drobiowa 40g (6), roszponka 30g, 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), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml
Obiad: zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż got. 200g (1,9), mięso wieprzowe w warzywach (marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, kalafior) 180g (1,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml
Podwieczorek: mus jabłkowy 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml
II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica drobiowa 40g (6), roszponka 30g 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 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (1), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml
Obiad: zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż got. 200g (1,9), mięso wieprzowe w warzywach (marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, kalafior) 180g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml
Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150ml (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (1), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml
Obiad: zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż got. 200g (1,9), mięso wieprzowe w warzywach (marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, kalafior) 180g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml
Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i koperku 150g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150ml (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza manna na wodzie 400ml (1), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), polędwica sopocka 80g, pomidor 100g, herbata malinowa 220ml
Obiad: zupa solferino z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,9), ryż got. 200g (1,9), mięso wieprzowe w warzywach (marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, kalafior) 180g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml
Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), ser żółty 60g (7), dżem truskawkowy 25g, pomidor 100g, herbata malinowa 220ml
Obiad: zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż got. 200g (1,9), ciecierzycza z warzywach (marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, kalafior) 180g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml
Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i groszku zielonego 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml,
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150ml (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 02.12.2024r.

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 [11/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	1832.1
		Wartość energetyczna [kJ]	7716.8
		Białko [g]	62.6
		Tłuszcz [g]	48.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.7
		Węglowodany ogółem [g]	294.7
		Cukry [g]	85.06
		Błonnik pokarmowy [g]	17.53
		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 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 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.