

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220ml, rzodkiew biała 100g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), bigos z kapusty kiszonej z mięsem wieprzowym i kiełbasą wieprzową 300g (6,10), ziemniaki got. 250g, kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka z tuńczyka, ryżu, ogórka konserwowego, kukurydzy 120g (3,4,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220ml, rzodkiew biała 100g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), bigos z kapusty kiszonej z mięsem wieprzowym i kiełbasą wieprzową 300g (6,10), ziemniaki got. 250g, kompot wiśniowy b/c 220ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka z tuńczyka, ryżu, ogórka konserwowego, kukurydzy 120g (3,4,10), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare ziołowy 200g (7), pomidor 50g, 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), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220ml, roszonek 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron gotowany z serem twarogowym 300g (1,7), kompot wiśniowy b/c 220ml

Podwieczorek: mus mango 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka z tuńczyka, ryżu, koperku 120g (4,7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare ziołowy 200g (7), pomidor 50g, 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: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220ml, roszonek 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron gotowany z serem twarogowym 300g (1,7), kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: mus mango 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), sałatka z tuńczyka, ryżu, koperku 120g (4,7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa wieprzowa 100g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220ml, roszonek 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron gotowany z serem twarogowym 300g (1,7), kompot wiśniowy 220ml,

Podwieczorek: mus mango 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), sałatka z tuńczyka, ryżu, koperku 120g (4,7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodz. 25g, herbata poziomkowa 220ml, roszonek 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,9), makaron gotowany jabłkiem i cynamonem 300g (1), kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: mus mango 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), sałatka z tuńczyka, ryżu, koperku 120g (4), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: mus mango 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), dżem truskawkowy niskosłodz. 25g 1 szt., serek fromage 1 szt. 80g (7), herbata poziomkowa 220ml, rzodkiew biała 100g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron gotowany z serem twarogowym 300g (1,7), kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka z tuńczyka, ryżu, ogórka konserwowego, kukurydzy 120g (3,4,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 03.11.2024r.

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]	1872.1	Wartość energetyczna [kcal]	1846.9
Wartość energetyczna [kJ]	7863.4	Wartość energetyczna [kJ]	7767.3
Białko [g]	58.4	Białko [g]	57
Tłuszcz [g]	68.2	Tłuszcz [g]	60.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.6
Węglowodany ogółem [g]	263.79	Węglowodany ogółem [g]	274.73
Cukry [g]	61.97	Cukry [g]	72.75
Błonnik pokarmowy [g]	15.74	Błonnik pokarmowy [g]	12.74
Sól [g]	4.62	Sól [g]	3.88
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1838	Wartość energetyczna [kcal]	2228.1
Wartość energetyczna [kJ]	7728.5	Wartość energetyczna [kJ]	9361.2
Białko [g]	56.3	Białko [g]	87.1
Tłuszcz [g]	61.7	Tłuszcz [g]	81.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.5
Cukry [g]	269.96	Węglowodany ogółem [g]	292.01
Błonnik pokarmowy [g]	59.06	Cukry [g]	86.56
Sól [g]	11.59	Błonnik pokarmowy [g]	12.2
Wartość energetyczna [kcal]	4.05	Sól [g]	5.41
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1846.9	Wartość energetyczna [kcal]	1934.6
Wartość energetyczna [kJ]	7767.3	Wartość energetyczna [kJ]	8147.6
Białko [g]	57	Białko [g]	51.3
Tłuszcz [g]	60.5	Tłuszcz [g]	54.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25.3
Węglowodany ogółem [g]	274.73	Węglowodany ogółem [g]	316.71
Cukry [g]	72.75	Cukry [g]	100.66
Błonnik pokarmowy [g]	12.74	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]	1846.9	Wartość energetyczna [kcal]	1892.1
Wartość energetyczna [kJ]	7767.3	Wartość energetyczna [kJ]	7959.2
Białko [g]	57	Białko [g]	63.5
Tłuszcz [g]	60.5	Tłuszcz [g]	59.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	22.6
Węglowodany ogółem [g]	274.73	Węglowodany ogółem [g]	283.67
Cukry [g]	72.75	Cukry [g]	77.11
Błonnik pokarmowy [g]	12.74	Błonnik pokarmowy [g]	16.15
Sól [g]	3.88	Sól [g]	2.34

--	--

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.