

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220ml, papryka czerwona 100g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, kotlet z piersi kurczaka 100g (1,3), sałatka z fasolki szparagowej z musztardą 130g (10), kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopočka wieprzowa 60g (6), herbata czarna 220ml, sałata lodowa 30g,

Posilek dodatkowy: Mus brzozskwiniowy 100g

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

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

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, got. pierś z kurczaka 100g, sos koperkowy 100g (1), sałatka z fasolki szparagowej z musztardą 130g (10), kompot wiśniowy b/c 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopočka wieprzowa 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, sałata lodowa 30g,

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) serek deliser 34g 2szt. (7), sałata lodowa 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 konserwowa 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata malinowa b/c 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, got. pierś z kurczaka 100g, sos koperkowy 100g (1), fasolka szparagowa got. 130g, kompot wiśniowy b/c 220ml, **Podwieczorek:** mus owocowy ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopočka wieprzowa 60g (6), herbata czarna b/c220ml, sałata lodowa 30g,

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) serek deliser 34g 2szt. (7), sałata lodowa 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: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka konserwowa 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, got. pierś z kurczaka 100g, sos koperkowy 100g (1), fasolka szparagowa got. 130g , kompot wiśniowy 220ml,

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica sopočka wieprzowa 60g (6), herbata czarna 220ml, sałata lodowa 30g,

Posilek dodatkowy: Mus brzozskwiniowy 100g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka konserwowa 100g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, got. pierś z kurczaka 200g, sos koperkowy 100g (1), fasolka szparagowa got. 130g , kompot wiśniowy 220ml,

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica sopočka wieprzowa 100g (6), herbata czarna 220ml, sałata lodowa 30g,

Posilek dodatkowy: Mus brzozskwiniowy 100g

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka konserwowa 60g(6), dżem porzeczkowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem bez zabielenia 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, got. pierś z kurczaka 100g, sos koperkowy 100g (1), fasolka szparagowa got. 130g, kompot wiśniowy 220ml,

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica sopočka wieprzowa 60g (6), herbata czarna 220ml, sałata lodowa 30g,

Posilek dodatkowy: Mus brzozskwiniowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), dżem porzeczkowy 50g 2 sztuki, serek tartare 40g 2 szt. (7), herbata malinowa 220ml, papryka czerwona 100g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z kaszy jaglanej 100g (1,3), sałatka z fasolki szparagowej z musztardą 130g (10), kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 1op. 200g (7), herbata czarna 220ml, sałata lodowa 30g, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: Mus brzozskwiniowy 100g

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 05.01.2025r.

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]	2019.7	Wartość energetyczna [kcal]	2153.8
Wartość energetyczna [kJ]	8484.2	Wartość energetyczna [kJ]	9045.8
Białko [g]	68.6	Białko [g]	75.4
Tłuszcz [g]	71.8	Tłuszcz [g]	78.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.3
Węglowodany ogółem [g]	284.27	Węglowodany ogółem [g]	297.21
Cukry [g]	70.71	Cukry [g]	71.02
Błonnik pokarmowy [g]	19.47	Błonnik pokarmowy [g]	20.62
Sól [g]	5.27	Sól [g]	4.27
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1975.3	Wartość energetyczna [kcal]	2402
Wartość energetyczna [kJ]	8288.6	Wartość energetyczna [kJ]	10082.9
Białko [g]	75.9	Białko [g]	104.8
Tłuszcz [g]	78.3	Tłuszcz [g]	92.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.9
Węglowodany ogółem [g]	250.07	Węglowodany ogółem [g]	298.11
Cukry [g]	41.01	Cukry [g]	71.38
Błonnik pokarmowy [g]	16.86	Błonnik pokarmowy [g]	20.62
Sól [g]	5.65	Sól [g]	6.09
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]	2006.3	Wartość energetyczna [kcal]	2335.8
Wartość energetyczna [kJ]	8420.9	Wartość energetyczna [kJ]	9809.2
Białko [g]	76.5	Białko [g]	99.4
Tłuszcz [g]	79.3	Tłuszcz [g]	86
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.4
Węglowodany ogółem [g]	253.31	Węglowodany ogółem [g]	301.57
Cukry [g]	42.2	Cukry [g]	70.37
Błonnik pokarmowy [g]	13.56	Błonnik pokarmowy [g]	21.18
Sól [g]	4.63	Sól [g]	5.85
		DIETA WEGETARIANSKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2134.3
		Wartość energetyczna [kJ]	8981.2
		Białko [g]	67.9
		Tłuszcz [g]	63.5
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.8
		Węglowodany ogółem [g]	333.11
		Cukry [g]	90.22
		Błonnik pokarmowy [g]	20.86
		Sól [g]	4.01

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 i Starszego Referenta Działu Żywności

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywności

*Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI*

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.