

DIETA PODSTAWOWA [1]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6), serek tartare 20g 1szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek kwaszony 100g
Obiad: zupa grochowa z ziemniakami 400ml (9), łazanki warzywne (marchew, pietruszka, seler, brokuł, kalafior, cukinia) 300g (1,9), kompot z aronii 220 ml
Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z wędliny indyk i jajka 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220 ml,
Posilek dodatkowy: kefir naturalny (7) 150g

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

Śniadanie: masło tł. 82%15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka got. 60g (6), serek tartare 20g 1 szt.(7), herbata poziomkowa b/c 220ml, ogórek kwaszony 100g
Obiad: zupa grochowa z ziemniakami 400ml (9), makaron pełnoziarnisty z warzywami (marchew, pietruszka, seler, brokuł, kalafior, cukinia) 300g (1,9), kompot z aronii b/c 220 ml
Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82%15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 100g(1), pasta z wędliny indyk i jajka 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220 ml
Kolacja II: pieczywo żytnio-pszenne 25g (1), chleb graham 25g(1), serek twarogowy hochalnd 30g 1 szt (7), pomidor 50g, herbata leśna b/c 220 ml

**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 got. 60g (6), serek tartare 20g 1 szt.(7), herbata poziomkowa b/c 220ml, sałata masłowa 30g
Obiad: zupa selerowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), łazanki warzywne (marchew, pietruszka, seler, brokuł, kalafior, cukinia) 300g (1,9), kompot z aronii b/c 220 ml
Podwieczorek: mus owocowy 100g 1 szt.
Kolacja: masło 82%15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 100g(1), pasta z wędliny indyk i jajka 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220 ml
Kolacja II: pieczywo żytnio-pszenne 25g (1), chleb graham 25g(1), serek twarogowy hochalnd 30g 1 szt (7), pomidor 50g, herbata leśna b/c 220 ml

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

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), masło tł.82%15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6), serek tarte 20g 1szt.(7), herbata poziomkowa 220ml, sałata masłowa 30g
Obiad: zupa selerowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), łazanki warzywne (marchew, pietruszka, seler, brokuł, kalafior, cukinia) 300g (1,9), kompot z aronii 220 ml
Podwieczorek: mus owocowy 100g 1 szt.
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z wędliny indyk i jajka 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220 ml
Posilek dodatkowy: kefir naturalny (7) 150g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie:płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), masło tł.82%15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), kiełbasa żywiecka wieprzowa 100g (6), serek tarte 20g 1 szt.(7), herbata poziomkowa 220ml, sałata masłowa 30g
Obiad: zupa selerowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), łazanki warzywne (marchew, pietruszka, seler, brokuł, kalafior, cukinia) 300g (1,9), kompot z aronii 220 ml
Podwieczorek: mus owocowy 100g 1 szt.
Kolacja: masło 82%15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), pasta z wędliny indyk i jajka 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220 ml
Posilek dodatkowy: kefir naturalny (7) 150g

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6), dżem owocowy 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220ml, sałata masłowa 30g
Obiad: zupa selerowa z ziemniakami bez zabeliania 400ml (1,9), łazanki warzywne (marchew, pietruszka, seler, brokuł, kalafior, cukinia) 300g (1,9), kompot z aronii 220 ml
Podwieczorek: mus owocowy 100g 1 szt.
Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), pasta z wędliny indyk i jajka 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220 ml
Posilek dodatkowy: soczek owocowy 220ml

DIETA WEGETARIAŃSKA[1/WE]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), serek fromage 80g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek kwaszony 100g
Obiad: zupa grochowa z ziemniakami 400ml (9), łazanki warzywne (marchew, pietruszka, seler, brokuł, kalafior, cukinia) 300g (1,9) kompot z aronii 220 ml
Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220 ml,
Posilek dodatkowy: kefir naturalny (7) 150g

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 07.01.2025r.

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]	2125.2	Wartość energetyczna [kcal]	2147.5
Wartość energetyczna [kJ]	8923	Wartość energetyczna [kJ]	9017.1
Białko [g]	86.8	Białko [g]	84.8
Tłuszcz [g]	81.6	Tłuszcz [g]	81.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.5
Węglowodany ogółem [g]	268.32	Węglowodany ogółem [g]	275.03
Cukry [g]	59.53	Cukry [g]	59.54
Błonnik pokarmowy [g]	14.83	Błonnik pokarmowy [g]	14.76
Sól [g]	4.9	Sól [g]	3.3
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2397.2	Wartość energetyczna [kcal]	2512.1
Wartość energetyczna [kJ]	10065.8	Wartość energetyczna [kJ]	10530.4
Białko [g]	93.4	Białko [g]	106.6
Tłuszcz [g]	92.8	Tłuszcz [g]	110.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	52.1
Węglowodany ogółem [g]	303.43	Węglowodany ogółem [g]	280.72
Cukry [g]	38.04	Cukry [g]	61.78
Błonnik pokarmowy [g]	12.99	Błonnik pokarmowy [g]	15.94
Sól [g]	5.33	Sól [g]	4.62
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2391.2	Wartość energetyczna [kcal]	2050.2
Wartość energetyczna [kJ]	10040.5	Wartość energetyczna [kJ]	8614.4
Białko [g]	92.9	Białko [g]	75.3
Tłuszcz [g]	92.8	Tłuszcz [g]	72.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.3
Węglowodany ogółem [g]	302.5	Węglowodany ogółem [g]	281.69
Cukry [g]	38.31	Cukry [g]	57.21
Błonnik pokarmowy [g]	12.92	Błonnik pokarmowy [g]	16.23
Sól [g]	3.75	Sól [g]	2.93
		DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2087.3
		Wartość energetyczna [kJ]	8781
		Białko [g]	60.1
		Tłuszcz [g]	66.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.8
		Węglowodany ogółem [g]	317.62
		Cukry [g]	77.55
		Błonnik pokarmowy [g]	13.24
		Sól [g]	4.36

--	--

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 Żywności

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywności

*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.