

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka 60g(6), ser fromage 40g (7), herbata leśna 220ml, rzodkiew biała 100g
Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, pierś z kurczaka gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1), surówka z białej kapusty z koperkiem i olejem rzepakowym 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g

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

Śniadanie:masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata leśna b/c 220ml, rzodkiew biała 100g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1), surówka z białej kapusty z koperkiem i olejem rzepakowym 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), ser twarogowy 50g (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 żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7),herbata leśna b/c 220ml (7), roszponka 30g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1), marchew gotowana (kostka) 130g (1), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), ser twarogowy 50g (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 jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g(6), ser deliser 17 g 1 szt (7), herbata leśna 220ml, roszponka 30g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1), marchew gotowana 130g (1), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 100g (6), serek wiejski 200g (7), herbata leśna 220ml , roszponka 30g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 200g, sos koperkowy 100g (1), marchew gotowana (kostka) 130g (1), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 100g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g(6), dżem nisko słodzony porzeczkowy 25g, herbata leśna 220ml, roszponka 30g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1), marchew gotowana (kostka) 130g (1), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 100g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), serek fromage 80g 1 szt. (7), dżem nisko słodzony porzeczkowy 25g, herbat leśna 220 ml, rzodkiew biała 100g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z kaszy jaglanej 100g (1,3), surówka z białej kapusty z koperkiem i olejem rzepakowym130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser twarogowy 50g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 10.11.2024r.

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]	1956.4	Wartość energetyczna [kcal]	1947.9
Wartość energetyczna [kJ]	8207.8	Wartość energetyczna [kJ]	8180
Białko [g]	77.7	Białko [g]	83.3
Tłuszcz [g]	78.4	Tłuszcz [g]	70.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.8
Węglowodany ogółem [g]	243.86	Węglowodany ogółem [g]	254.44
Cukry [g]	41.19	Cukry [g]	47.08
Błonnik pokarmowy [g]	18.05	Błonnik pokarmowy [g]	20.32
Sól [g]	5.29	Sól [g]	5.34
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1956.6	Wartość energetyczna [kcal]	2128
Wartość energetyczna [kJ]	8216.1	Wartość energetyczna [kJ]	8934.7
Białko [g]	89.8	Białko [g]	117.1
Tłuszcz [g]	73	Tłuszcz [g]	79.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.5
Węglowodany ogółem [g]	243.22	Węglowodany ogółem [g]	246.54
Cukry [g]	36.13	Cukry [g]	46.8
Błonnik pokarmowy [g]	16.68	Błonnik pokarmowy [g]	20.59
Sól [g]	4.39	Sól [g]	7.34
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]	1987.8	Wartość energetyczna [kcal]	1897.1
Wartość energetyczna [kJ]	8343.5	Wartość energetyczna [kJ]	7965.7
Białko [g]	88.5	Białko [g]	78.5
Tłuszcz [g]	77.6	Tłuszcz [g]	68.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.2
Węglowodany ogółem [g]	241.81	Węglowodany ogółem [g]	251.54
Cukry [g]	35.95	Cukry [g]	38.29
Błonnik pokarmowy [g]	16.01	Błonnik pokarmowy [g]	21.7
Sól [g]	4.54	Sól [g]	5.25
		DIETA WEGETARIANŚKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2186.4
		Wartość energetyczna [kJ]	9171.2
		Białko [g]	69.9
		Tłuszcz [g]	89.2
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.2
		Węglowodany ogółem [g]	285.37
		Cukry [g]	52.59
		Błonnik pokarmowy [g]	19.14
		Sól [g]	3.91

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.*