

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (1,7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana wieprzowa 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami (1,7,9), łazanki mięsno (wieprzowe) - warzywne 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Bułka drożdżowa 150g (1,3,7)

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

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana wieprzowa 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, ogórek kiszony 100g

II śniadanie: kefir naturalny 150ml (7)

Obiad: Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami (1,7,9), łazanki mięsno (wieprzowe) - warzywne 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) b/c 220ml

Podwieczorek: Mus marchewkowy 1 szt.

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

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), 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), szynka gotowana wieprzowa 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g

II śniadanie: kefir naturalny 150ml (7)

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9), łazanki mięsno (wieprzowe) - warzywne 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) b/c 220ml

Podwieczorek: Mus marchewkowy 1 szt.

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

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBU- DZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (1,7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9), łazanki mięsno (wieprzowe) - warzywne 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Bułka drożdżowa 150g (1,3,7)

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

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (1,7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 100g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9), łazanki mięsno (wieprzowe) - warzywne 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Bułka drożdżowa 150g (1,3,7)

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica miodowa drobiowa 100g (6), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: ryż na wodzie 400ml(1), margaryna roślinną 80%tł 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 80g (6), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami bez zabielenia (1,9), łazanki mięsno (wieprzowe) - warzywne 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Mus marchewkowy 1 szt.

Kolacja: margaryna roślinną 80%tł 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (1,7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), konserwa rybna śledź w pomidorach 170g (1,4,6,7,9,10), herbata poziomkowa 220ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami (1,7,9), łazanki warzywne 300g (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Bułka drożdżowa 150g (1,3,7)

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 100g 2 szt. (3), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 14.09.2024r.

| 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] | 2096.8 | Wartość energetyczna [kcal] | 2092.9 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 8816 | Wartość energetyczna [kJ] | 8799.3 |
| Białko [g] | 69.4 | Białko [g] | 69 |
| Tłuszcz [g] | 67.9 | Tłuszcz [g] | 67.9 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 32.4 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 32.3 |
| Węglowodany ogółem [g] | 312.75 | Węglowodany ogółem [g] | 311.97 |
| Cukry [g] | 91.73 | Cukry [g] | 91.28 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 21.53 | Błonnik pokarmowy [g] | 21.27 |
| Sól [g] | 4.94 | Sól [g] | 3.23 |
| DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6] | | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9] | |
| parametr | zawartość razem | parametr | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal] | 1893.7 | Wartość energetyczna [kcal] | 2195.5 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 7954.1 | Wartość energetyczna [kJ] | 9223.4 |
| Białko [g] | 74.1 | Białko [g] | 84.6 |
| Tłuszcz [g] | 67.2 | Tłuszcz [g] | 77.5 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 31.8 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 36.4 |
| Węglowodany ogółem [g] | 258.18 | Węglowodany ogółem [g] | 300.39 |
| Cukry [g] | 45.94 | Cukry [g] | 79.07 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 20.33 | Błonnik pokarmowy [g] | 21.27 |
| Sól [g] | 5.19 | Sól [g] | 4.13 |
| DIETA 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] | 1887.7 | Wartość energetyczna [kcal] | 1996.3 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 7928.8 | Wartość energetyczna [kJ] | 8396.2 |
| Białko [g] | 73.6 | Białko [g] | 64 |
| Tłuszcz [g] | 67.1 | Tłuszcz [g] | 62.1 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 31.8 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 28.3 |
| Węglowodany ogółem [g] | 257.26 | Węglowodany ogółem [g] | 305.67 |
| Cukry [g] | 46.21 | Cukry [g] | 82.84 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 20.26 | Błonnik pokarmowy [g] | 21.11 |
| Sól [g] | 4.61 | Sól [g] | 3.02 |
| | | DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE] | |
| parametr | zawartość razem | parametr | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal] | | Wartość energetyczna [kcal] | 2168 |
| Wartość energetyczna [kJ] | | Wartość energetyczna [kJ] | 9114.4 |
| Białko [g] | | Białko [g] | 81.7 |
| Tłuszcz [g] | | Tłuszcz [g] | 71.4 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 31.1 |
| Węglowodany ogółem [g] | | Węglowodany ogółem [g] | 309.85 |
| Cukry [g] | | Cukry [g] | 91.32 |
| Błonnik pokarmowy [g] | | Błonnik pokarmowy [g] | 20.76 |
| Sól [g] | | Sól [g] | 4.51 |

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

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 Żywnia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnia

*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.*