

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), B/M- ryż na wodzie 400ml, masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty salami 60g (7), miód naturalny 1 szt., kakao na mleku (7) 220ml, ogórek zielony 100g
Obiad: zupa grochowa z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 100g (1,3,4), surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowy 130g, kompot z porzeczki 220ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g
Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c (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), serek wiejski 200g 1 op. (7), kawa z zbożowa 220ml b/c (7), ogórek zielony 100g
II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)
Obiad: zupa grochowa z makaronem 400g (1,9), gotowana ryba dorsz 100g (4), ziemniaki got. 250g, sos grecki 130g (1,9), kompot porzeczkowy b/c 220 ml
Podwieczorek: jabłko 1 szt.
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g
Kolacja II: masło tł.82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1), chleb graham 25g(1), serek deliser 34g 2 szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna 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), serek wiejski 200g 1 op. (7), kawa zbożowa z mlekiem b/c 220ml (7), sałata strzępiasta 30g
II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)
Obiad: zupa koperkowa z makaronem 400ml (1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, gotowana ryba dorsz 100g (4), sos grecki 130g (1,9), kompot porzeczkowy b/c 220 ml
Podwieczorek: jabłko 1 szt.
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g
Kolacja II: masło tł.82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1), chleb graham 25g(1), serek deliser 34g 2 szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna 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: ryż na mleku 400ml (7), B/M-ryż na wodzie 400ml, masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g 1 op. (7), miód naturalny 25g 1 op., kawa zbożowa z mlekiem 220ml (7), sałata strzępiasta 30g
Obiad: zupa koperkowa z makaronem 400ml (1,3,7,9), gotowana ryba dorsz 100g (4), ziemniaki got. 250g, sos grecki 130g (1,9), kompot porzeczkowy 220 ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło tł.82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z jajek i sera białego z natką pietruszki 100g (3,7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g
Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c (7) 150g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), B/M-ryż na wodzie 400ml, masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g 1 op. (7), miód naturalny 25g 1 op., kawa zbożowa z mlekiem 220ml (7), sałata strzępiasta 30g
Obiad: zupa koperkowa z makaronem 400ml (1,3,7,9), gotowana ryba dorsz 200g (4), ziemniaki got. 250g, sos grecki 130g (1,9), kompot porzeczkowy 220 ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło 82% 20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g
Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: ryż na wodzie 400ml, margaryna roślinna 80% 10g 1 szt., pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasztet drobiowy 80g (1,6,7,9), miód naturalny 25g 1 op., kawa zbożowa na wodzie 220ml, sałata 30g
Obiad: zupa koperkowa z makaronem bez zabielenia 400ml (1,3,9), gotowana ryba dorsz 100g (4), ziemniaki got. 250g, sos grecki 130g (1,9), kompot porzeczkowy 220 ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g 1 szt., pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), dżem wiśniowy 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, pomidor 100g
Posilek dodatkowy: mus brzoskwiński 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), B/M- ryż na wodzie 400ml (), masło 82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), ser żółty salami 60g (7), miód naturalny 1 szt. 25g, kakao na mleku (7) 220ml, ogórek zielony 100g
Obiad: zupa grochowa z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 100g (1,3,4), surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowy 130g, kompot z porzeczki 220ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g
Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c (7) 150g

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 02.08.2024r.

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]	2406.3	Wartość energetyczna [kcal]	2128.1
Wartość energetyczna [kJ]	10110.4	Wartość energetyczna [kJ]	8959
Białko [g]	106	Białko [g]	98.7
Tłuszcz [g]	82.1	Tłuszcz [g]	60.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.4
Węglowodany ogółem [g]	324.42	Węglowodany ogółem [g]	306.93
Cukry [g]	62.79	Cukry [g]	71.66
Błonnik pokarmowy [g]	27.39	Błonnik pokarmowy [g]	19.96
Sól [g]	3.98	Sól [g]	3.37
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2044.4	Wartość energetyczna [kcal]	2275.4
Wartość energetyczna [kJ]	8595	Wartość energetyczna [kJ]	9572.1
Białko [g]	95.6	Białko [g]	111
Tłuszcz [g]	66.2	Tłuszcz [g]	70.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.2
Węglowodany ogółem [g]	277.26	Węglowodany ogółem [g]	310.29
Cukry [g]	38.67	Cukry [g]	72.14
Błonnik pokarmowy [g]	21.87	Błonnik pokarmowy [g]	21.26
Sól [g]	4.1	Sól [g]	3.53
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1959.3	Wartość energetyczna [kcal]	1945.9
Wartość energetyczna [kJ]	8241.4	Wartość energetyczna [kJ]	8191.6
Białko [g]	98.2	Białko [g]	66.2
Tłuszcz [g]	59.4	Tłuszcz [g]	55.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	21.8
Węglowodany ogółem [g]	268.9	Węglowodany ogółem [g]	305.56
Cukry [g]	39.45	Cukry [g]	51.79
Błonnik pokarmowy [g]	22.38	Błonnik pokarmowy [g]	19.34
Sól [g]	3.27	Sól [g]	2.65
		DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2406.3	Wartość energetyczna [kcal]	2406.3
Wartość energetyczna [kJ]	10110.4	Wartość energetyczna [kJ]	10110.4
Białko [g]	106	Białko [g]	106
Tłuszcz [g]	82.1	Tłuszcz [g]	82.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.6
Węglowodany ogółem [g]	324.42	Węglowodany ogółem [g]	324.42
Cukry [g]	62.79	Cukry [g]	62.79
Błonnik pokarmowy [g]	27.39	Błonnik pokarmowy [g]	27.39

	parametr	zawartość razem
	Wartość energetyczna [kcal]	2406.3
	Sól [g]	3.98

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 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) laktytoli;
 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.

