

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare 20g (7), herbata czarna 220 ml, rzodkiew biała 100g

Obiad: zupa barszcz czerwony 400g (1,7,9), pierogi ruskie 6 szt (1,3,7) 300g, kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: brzoskwinia 1 szt.

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z konserwy rybnej śledź w pomidorach i twarogiem 100g (4,7), herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: jogurt 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), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare 20g (7), herbata czarna b/c 220 ml, rzodkiew biała 100g

II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)

Obiad: zupa barszcz czerwony 400g (1,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g (7),kompot truskawkowy 220 ml b/c

Podwieczorek: brzoskwinia 1 szt.

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z konserwy rybnej śledź w pomidorach i twarogiem 100g (4,7), herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g

Kolacja II: masło tł.82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1), chleb graham 25g(1), szynka wieprzowa 40g (6) , pomidor 50g, herbata malinowa 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), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare 20g (7), herbata czarna b/c 220 ml, roszponka 30g

II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)

Obiad: zupa barszcz czerwony 400g (1,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g (7),kompot truskawkowy 220 ml b/c

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z konserwy rybnej śledź w pomidorach i twarogiem 100g (4,7), herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g

Kolacja II: masło tł.82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1), chleb graham 25g(1), szynka wieprzowa 40g (6), pomidor 50g, herbata malinowa 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:kasza jaglana na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare 20g (7), herbata czarna 220 ml, roszponka 30g

Obiad: zupa barszcz czerwony 400g (1,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g (7),kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: mus owocowy 100g.

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6),pasta z konserwy rybnej śledź w pomidorach i twarogiem 100g (4,7), herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150ml (7)

DIETA BOGATOBIĄŁKOWA(WYSOKOBIĄŁKOWA) [9]

Śniadanie:kasza jaglana na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 100g (6), serek tartare 20g (7), herbata czarna 220 ml, roszponka 30g

Obiad: zupa barszcz czerwony 400g (1,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g (7),kompot truskawkowy 220 ml, serek wiejski 200g (7)

Podwieczorek: mus owocowy 100g.

Kolacja: masło 82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), pasta z konserwy rybnej śledź w pomidorach i twarogiem 100g (4,7), herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150ml (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza jaglana na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 100g (6), jajko gotowane 2 szt (3), herbata czarna 220 ml, roszponka 30g

Obiad: zupa barszcz czerwony 400g (1,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g (7),kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: mus owocowy 100g.

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g 1 szt., pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), pasta z konserwy rybnej śledź w pomidorach 100g (4), herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA[1/WE]

Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare 20g (7), herbata czarna 220 ml, rzodkiew biała 100g

Obiad: zupa barszcz czerwony 400g (1,7,9), pierogi ruskie 6 szt (1,3) 300g, kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: brzoskwinia 1 szt.

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z konserwy rybnej śledź w pomidorach i twarogiem 100g (4,7), herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 06.08.2024r.

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]	2195.8	Wartość energetyczna [kcal]	1886.3
Wartość energetyczna [kJ]	9208.1	Wartość energetyczna [kJ]	7932.1
Białko [g]	68.3	Białko [g]	66.3
Tłuszcz [g]	92.1	Tłuszcz [g]	60.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.7
Węglowodany ogółem [g]	282.41	Węglowodany ogółem [g]	277.64
Cukry [g]	52.6	Cukry [g]	58.78
Błonnik pokarmowy [g]	18.01	Błonnik pokarmowy [g]	18
Sól [g]	3.36	Sól [g]	3.35
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2029.7	Wartość energetyczna [kcal]	2093.2
Wartość energetyczna [kJ]	8532.6	Wartość energetyczna [kJ]	8798.6
Białko [g]	77	Białko [g]	91.8
Tłuszcz [g]	63.1	Tłuszcz [g]	70.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.2
Węglowodany ogółem [g]	303.23	Węglowodany ogółem [g]	280.96
Cukry [g]	53.4	Cukry [g]	58.59
Błonnik pokarmowy [g]	29.92	Błonnik pokarmowy [g]	17.91
Sól [g]	3.49	Sól [g]	4.21
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1826.1	Wartość energetyczna [kcal]	1834
Wartość energetyczna [kJ]	7677.7	Wartość energetyczna [kJ]	7719.2
Białko [g]	68.6	Białko [g]	56.8
Tłuszcz [g]	59.9	Tłuszcz [g]	51.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.1
Węglowodany ogółem [g]	261.7	Węglowodany ogółem [g]	295
Cukry [g]	44.7	Cukry [g]	64.66
Błonnik pokarmowy [g]	17.28	Błonnik pokarmowy [g]	20.58
Sól [g]	3.4	Sól [g]	3.09
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2155.5
		Wartość energetyczna [kJ]	9050.9
		Białko [g]	81.6
		Tłuszcz [g]	80.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.6
		Węglowodany ogółem [g]	284.31
		Cukry [g]	51.72
		Błonnik pokarmowy [g]	18.01
		Sól [g]	1.83

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

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.