

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g(6), serek fromage 40g ½ szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, rzodkiewka 100g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, pieczeń ze schabu wieprzowa w sosie własnym 100g (1), surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka wieprzowa 60g (6), herbata czarna 220 ml, roszonek 30g

Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g(6), serek huge 17g 1 szt. (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, rzodkiewka 100g

II śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (7)

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany w sosie koperkowym (100g mięso + 100 g sos) (1), surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot wiśniowy b/c 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka wieprzowa 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, roszonek 30g

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare zielony 20g (7), roszonek 30g, 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), polędwica miodowa drobiowa 60g(6), serek huge 17g 1 szt. (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, pomidor 100g

II śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (7)

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany w sosie koperkowym (100g mięso + 100 g sos) (1), szpinak gotowany 130g (1,7), kompot wiśniowy b/c 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka wieprzowa 60g (6), herbata czarna b/c 220 ml, roszonek 30g

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare zielony 20g (7), roszonek 30g, 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 owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica miodowa drobiowa 60g(6), serek huge 17g 1 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany w sosie koperkowym (100g mięso + 100 g sos) (1), szpinak gotowany 130g (1,7), kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), herbata czarna 220 ml, roszonek 30g

Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica miodowa drobiowa 100g(6), serek huge 17g 1 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany w sosie koperkowym (200g mięso + 100 g sos) (1), szpinak gotowany 130g (1,7), kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 100g (6), herbata czarna 220 ml, roszonek 30g

Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica miodowa drobiowa 60g(6), jajko gotowane 1 szt. (3), herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany w sosie koperkowym (100g mięso + 100 g sos) (1), szpinak gotowany 130g (1), kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), herbata czarna 220 ml, roszonek 30g

Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), serek fromage 40g ½ szt. (7), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), herbata truskawkowa 220ml, rzodkiewka 100g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet z kaszy jaglanej (1,3) 100g w sosie koperkowym 100g (1), surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), herbata czarna 220 ml, roszonek 30g

Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 11.08.2024 r.

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]	1896.2	Wartość energetyczna [kcal]	1891.6
Wartość energetyczna [kJ]	7961.5	Wartość energetyczna [kJ]	7942.5
Białko [g]	86	Białko [g]	81.9
Tłuszcz [g]	69.8	Tłuszcz [g]	70.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.5
Węglowodany ogółem [g]	241.24	Węglowodany ogółem [g]	240.83
Cukry [g]	52.49	Cukry [g]	40.91
Błonnik pokarmowy [g]	20.52	Błonnik pokarmowy [g]	17.54
Sól [g]	2.71	Sól [g]	2.72
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1919.4	Wartość energetyczna [kcal]	2150.3
Wartość energetyczna [kJ]	8064	Wartość energetyczna [kJ]	9030.3
Białko [g]	83.6	Białko [g]	105.1
Tłuszcz [g]	67.4	Tłuszcz [g]	78.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.6
Węglowodany ogółem [g]	253.66	Węglowodany ogółem [g]	264.71
Cukry [g]	40.54	Cukry [g]	46.14
Błonnik pokarmowy [g]	18.54	Błonnik pokarmowy [g]	19.91
Sól [g]	2.99	Sól [g]	3.08
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]	1916.8	Wartość energetyczna [kcal]	1849.3
Wartość energetyczna [kJ]	8051.3	Wartość energetyczna [kJ]	7767.4
Białko [g]	83.7	Białko [g]	74.7
Tłuszcz [g]	70	Tłuszcz [g]	65.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.9
Węglowodany ogółem [g]	245.48	Węglowodany ogółem [g]	249.17
Cukry [g]	33.21	Cukry [g]	36.64
Błonnik pokarmowy [g]	15.43	Błonnik pokarmowy [g]	19.51
Sól [g]	3.02	Sól [g]	2.35
		DIETA WEGETARIANSKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2158.9
		Wartość energetyczna [kJ]	9065.9
		Białko [g]	84.2
		Tłuszcz [g]	78.5
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.1
		Węglowodany ogółem [g]	289.87
		Cukry [g]	51.79
		Błonnik pokarmowy [g]	22.39
		Sól [g]	3.12

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) 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.*