

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), szynka z indyka 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodz. 25g, herbata malinowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa botwinkowa z ziemniakami 400g (1,3,7), łazanki z kapusty kiszzonej 300g (1,3,6,10), kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: śliwka 1 szt.

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

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 130g (7)

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata malinowa b/c 220ml, pomidor 100g

II śniadanie: Kefir naturalny 150 ml (7)

Obiad: Zupa botwinkowa z ziemniakami 400g (1,3,7), pierogi ruskie 6 szt 300g (1,7), kompot z aronii b/c 220ml

Podwieczorek: śliwka 1 szt.

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

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek wiejski 200g (7), sałata zielona 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), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata malinowa b/c 220ml, pomidor 100g

II śniadanie: Kefir naturalny 150 ml (7)

Obiad: Zupa botwinkowa z ziemniakami 400g (1,3,7), pierogi ruskie 6 szt 300g (1,7), kompot z aronii b/c 220ml

Podwieczorek: mus owocowy 100g

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

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek wiejski 200g (7), sałata zielona 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 jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka z indyka 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodz. 25g, herbata malinowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa botwinkowa z ziemniakami 400g (1,3,7), pierogi ruskie 6 szt 300g (1,7), kompot z aronii b/c 220ml

Podwieczorek: mus owocowy 100g

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

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 130g (7)

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 (1,6), szynka z indyka 100g (6), dżem truskawkowy niskosłodz. 25g, herbata malinowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa botwinkowa z ziemniakami 400g (1,3,7), pierogi ruskie 6 szt 300g (1,7), kompot z aronii b/c 220ml, jogurt naturalny 150g (7)

Podwieczorek: mus owocowy 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica sopocka 100g (6), sałata 30g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 130g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka z indyka 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g, herbata malinowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa botwinkowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,3,7), pierogi ruskie 6 szt 300g (1,7), kompot z aronii b/c 220ml

Podwieczorek: mus owocowy 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica sopocka 60g (6), sałata 30g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml

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 deliser 34g 2 szt. (7), dżem truskawkowy niskosłodz. 50g 2 szt., herbata malinowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa botwinkowa z ziemniakami 400g (1,3,7), pierogi ruskie 6 szt 300g (1,7), kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: śliwka 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejska 200g (7), papryka 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 130g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 13.08.2024r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2268.2	Wartość energetyczna [kcal]	1959.4
Wartość energetyczna [kJ]	9511.9	Wartość energetyczna [kJ]	8244.2
Białko [g]	87.2	Białko [g]	67.1
Tłuszcz [g]	96	Tłuszcz [g]	60.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.1
Węglowodany ogółem [g]	272.02	Węglowodany ogółem [g]	294.9
Cukry [g]	53.24	Cukry [g]	45.11
Błonnik pokarmowy [g]	16.47	Błonnik pokarmowy [g]	16.06
Sól [g]	5.37	Sól [g]	4.31
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2015.6	Wartość energetyczna [kcal]	2163.9
Wartość energetyczna [kJ]	8460.9	Wartość energetyczna [kJ]	9103.1
Białko [g]	88	Białko [g]	93.4
Tłuszcz [g]	79.7	Tłuszcz [g]	68.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.9
Cukry [g]	242.41	Węglowodany ogółem [g]	300.29
Błonnik pokarmowy [g]	28.61	Cukry [g]	46.06
Sól [g]	12.06	Błonnik pokarmowy [g]	15.21
Wartość energetyczna [kcal]	5.39	Sól [g]	4.88
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2006.8	Wartość energetyczna [kcal]	1853.5
Wartość energetyczna [kJ]	8439.7	Wartość energetyczna [kJ]	7821.5
Białko [g]	81.9	Białko [g]	57.2
Tłuszcz [g]	66.3	Tłuszcz [g]	37.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7.8
Węglowodany ogółem [g]	276.59	Węglowodany ogółem [g]	331.45
Cukry [g]	28.2	Cukry [g]	73.11
Błonnik pokarmowy [g]	12.5	Błonnik pokarmowy [g]	18.85
Sól [g]	4.07	Sól [g]	4.1
		DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2070.7
		Wartość energetyczna [kJ]	8713.9
		Białko [g]	83.9
		Tłuszcz [g]	62.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.9
		Węglowodany ogółem [g]	301.11
		Cukry [g]	52.34
		Błonnik pokarmowy [g]	16.63
		Sól [g]	4.3

--	--

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 glukozy na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);
 - b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);
 - c) syropów glukozy 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.