

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa wieprzowa 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata brzoskwiniowa 220ml, sałata strzępiasta 30g

Obiad: zupa z cukinii z ryżem 400g (1,9), kotlet ziemniaczany 150g 1 szt. , gulasz wieprzowy z warzywami (marchew, papryka, pieczarki, cebula, koncentrat pomidorowy) 200g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt.

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

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 150g (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 konserwowa wieprzowa 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata brzoskwiniowa b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g

II śniadanie: kefir naturalny 150ml (7)

Obiad: zupa z cukinii z ryżem 400g (1,9), łazanki mięsno (wieprzowe) – warzywne (kalafior brokuł, cukinia, marchew, pietruszka) 300g (1,3), kompot truskawkowy b/c 220ml

Podwieczorek: Mus owocowy 1 szt.

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

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka wieprzowa 40g (6), rukola 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 konserwowa wieprzowa 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata brzoskwiniowa b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g

II śniadanie: kefir naturalny 150ml (7)

Obiad: zupa z cukinii z ryżem 400g (1,9), łazanki mięsno (wieprzowe) – warzywne (kalafior brokuł, cukinia, marchew, pietruszka) 300g (1,3), kompot truskawkowy b/c 220ml

Podwieczorek: Mus owocowy 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka jarzynowa 100g (3,9), herbata czarna 220ml, rukola 30g

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka wieprzowa 40g (6), rukola 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: kasza kukurydziana na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata brzoskwiniowa 220ml, sałata strzępiasta 30g

Obiad: zupa z cukinii z ryżem 400g (1,9), łazanki mięsno (wieprzowe) – warzywne (kalafior brokuł, cukinia, marchew, pietruszka) 300g (1,3), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt.

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

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 150g (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

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

Obiad: zupa z cukinii z ryżem 400g (1,9), łazanki mięsno (wieprzowe) – warzywne (kalafior brokuł, cukinia, marchew, pietruszka) 300g (1,3), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt.

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

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie 400ml(1) margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka konserwowa wieprzowa 80g (6), herbata brzoskwiniowa 220ml, sałata strzępiasta 30g

Obiad: zupa z cukinii z ryżem 400g (1,9), łazanki mięsno (wieprzowe) – warzywne (kalafior brokuł, cukinia, marchew, pietruszka) 300g (1,3), kompot z truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt.

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa 100g (3,9), herbata czarna 220ml, rukola 30g

Posilek dodatkowy: Soczek brzoskwiniowy 220ml

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), herbata brzoskwiniowa 220ml, sałata strzępiasta 30g

Obiad: zupa z cukinii z ryżem 400g (1,9), kotlet ziemniaczany 150g 1 szt. , gulasz z ciecierzycy z warzywami (marchew, papryka, pieczarki, cebula, koncentrat pomidorowy), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 80g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, rukola 30g

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 22.08.2024r.

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 PRZYSWAJALNYCH 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 PRZYSWAJALNYCH 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 WEGETARIANSKA [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 Żywnienia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia

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.