

**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), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, rzodkiewka 100g  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, sos pietruszkowy 100g (1), kotlet mielony smażony drobiowy 100g (1,3), fasolka szparagowa na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy 220ml  
**Podwieczorek:** brzoskwinia 1 szt. / ok. 150g  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g (6), herbata leśna 220 ml, sałata 30g,  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 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 delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek deliser 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, rzodkiewka 100g  
**II śniadanie:** kefir naturalny 150 ml (7)  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym (1) (100g mięso + 100 g sos), fasolka szparagowa na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy b/c 220ml  
**Podwieczorek:** brzoskwinia 1 szt. / ok. 150g  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g (6), herbata leśna b/c 220 ml, sałata 30g,  
**II Kolacja CUKRZ:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare 20g (7), pomidor 50g, herbata leśna 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 delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek deliser 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g  
**II śniadanie:** kefir naturalny 150 ml (7)  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym (1) (100g mięso + 100 g sos), fasolka szparagowa na ciepło 130g, kompot wiśniowy b/c 220ml  
**Podwieczorek:** jabłko 1 szt. / ok. 150g  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g (6), herbata leśna b/c 220 ml, sałata 30g,  
**II Kolacja CUKRZ:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare 20g (7), pomidor 50g, herbata leśna 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), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, pomidor 100g  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym (1) (100g mięso + 100 g sos), fasolka szparagowa na ciepło 130g, kompot wiśniowy 220ml  
**Podwieczorek:** jabłko 1 szt. / ok. 150g  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica sopocka 60g (6), herbata leśna 220 ml, sałata 30g,  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

**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), szynka delikatesowa z kurcząt 100g(6), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, pomidor 100g  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym (1) (200g mięso + 100 g sos), fasolka szparagowa na ciepło 130g, kompot wiśniowy 220ml  
**Podwieczorek:** jabłko 1 szt. / ok. 150g  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica sopocka 100g (6), herbata leśna 220 ml, sałata 30g  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

**DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]**

**Śniadanie:** płatki owsiane na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, pomidor 100g  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym (1) (100g mięso + 100 g sos), fasolka szparagowa na ciepło 130g, kompot wiśniowy 220ml  
**Podwieczorek:** jabłko 1 szt. / ok. 150g  
**Kolacja:** margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica sopocka 60g (6), herbata leśna 220 ml, sałata 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), konserwa rybna śledź w pomidorach 170g (1,3,4,6,7,9,10), herbata czarna 220ml, rzodkiewka 100g  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, jajko gotowane 2 szt. 100 g (3), w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy 220ml  
**Podwieczorek:** brzoskwinia 1 szt. / ok. 150g  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek tartare 40g 2 szt. (7), miód naturalny 50g 2 szt., herbata czarna 220 ml, sałata 30g  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 28.08.2024r.

<b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b>		<b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	1888.9	Wartość energetyczna [kcal]	2020
Wartość energetyczna [kJ]	7938.9	Wartość energetyczna [kJ]	8494.2
Białko [g]	84.9	Białko [g]	90.9
Tłuszcz [g]	64.4	Tłuszcz [g]	65.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.2
Węglowodany ogółem [g]	250.67	Węglowodany ogółem [g]	276.81
Cukry [g]	47.33	Cukry [g]	57.22
Błonnik pokarmowy [g]	16.82	Błonnik pokarmowy [g]	18.93
Sól [g]	4.26	Sól [g]	4.3
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b>		<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	1905.2	Wartość energetyczna [kcal]	1928.5
Wartość energetyczna [kJ]	8010.4	Wartość energetyczna [kJ]	8120.7
Białko [g]	87.7	Białko [g]	111.7
Tłuszcz [g]	62.2	Tłuszcz [g]	53.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.7
Węglowodany ogółem [g]	257.48	Węglowodany ogółem [g]	259.2
Cukry [g]	36.16	Cukry [g]	47.54
Błonnik pokarmowy [g]	17.9	Błonnik pokarmowy [g]	17.74
Sól [g]	4.68	Sól [g]	4.89
<b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]</b>		<b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	1912.8	Wartość energetyczna [kcal]	1796.5
Wartość energetyczna [kJ]	8041.1	Wartość energetyczna [kJ]	7575
Białko [g]	86.3	Białko [g]	77.8
Tłuszcz [g]	64.3	Tłuszcz [g]	41
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	16.4
Węglowodany ogółem [g]	255.03	Węglowodany ogółem [g]	288.22
Cukry [g]	39.35	Cukry [g]	44.66
Błonnik pokarmowy [g]	15.98	Błonnik pokarmowy [g]	18.36
Sól [g]	4.74	Sól [g]	2.76
		<b>DIETA WEGETARIANSKA [1/WE]</b>	
		Wartość energetyczna [kcal]	1978.2
		Wartość energetyczna [kJ]	8326.1
		Białko [g]	80.9
		Tłuszcz [g]	58.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.1
		Węglowodany ogółem [g]	289.42
		Cukry [g]	47.26
		Błonnik pokarmowy [g]	16.18
		Sól [g]	2.07

*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.*