

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.04.2025r. (środa)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400 ml (1ow,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1zyt,1jęcz), szynka got. wieprz. 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą jaś 400 ml (1psz,7,9), ryż got. 200g, pulpet drobiowy 100g (1psz,3) sos pieczarkowy 100g (1psz,7), marchew z chrzanem 130g (7,12), kompot z jabłek 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> soczek brzoskwiniowy 200ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1zyt,1jęcz), szynka konserwowa wieprzowa 60g (1psz,6,7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150g (7)</p>	<p><b>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400 ml (1ow,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka got. wieprz. 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, roszonek 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1psz,7,9), ryż got. 200g, pulpet drobiowy 100g (1psz,3) sos koperkowy 100g (1psz), marchew got. kostka 130g (7), kompot z jabłek 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> soczek brzoskwiniowy 200ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), szynka konserwowa wieprzowa 60g (1psz,6,7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150g (7)</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1zyt,1jęcz), szynka got. wieprz. 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą jaś 400 ml (1psz,7,9), ryż pełnoziarnisty got. 200g, pulpet drobiowy 100g (1psz,3) sos pieczarkowy 100g (1psz,7), marchew z chrzanem 130g (7,12), kompot z jabłek b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Mus jagodowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1zyt,1jęcz), szynka konserwowa wieprzowa 60g (1psz,6,7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25 g(1psz,1zyt,1jęcz), twaróg półtłusty z pietruszką 50g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400 ml (1ow,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka got. wieprz. 100g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, roszonek 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1psz,7,9), ryż got. 200g, pulpet drobiowy 200g (1psz,3) sos koperkowy 100g (1psz), marchew got. kostka 130g (7), kompot z jabłek 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> soczek brzoskwiniowy 200ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), szynka konserwowa wieprzowa 100g (1psz,6,7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150g (7)</p>
<p><b>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na wodzie 400g (1ow), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka got. wieprz. 60g (1psz,10), dżem porzeczkowy 25g 1 szt. herbata poziomkowa 220 ml, roszonek 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1psz,9), ryż got. 200g, pulpet drobiowy 100g (1psz,3) sos koperkowy 100g (1psz), marchew got. kostka 130g, kompot z jabłek 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> soczek brzoskwiniowy 200ml</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), szynka konserwowa wieprzowa 60g (1psz,6,7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus owocowy 100g</p>
<p><b>Śniadanie:</b> masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1zyt,1jęcz), szynka got. wieprz. 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, roszonek 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1psz,7,9), ryż got. 200g, pulpet drobiowy 100g (1psz,3) sos koperkowy 100g (1psz), marchew got. kostka 130g (7), kompot z jabłek b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Mus jagodowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82g % 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1zyt,1jęcz), szynka konserwowa wieprzowa 60g (1psz,6,7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja WĄT-CUKRZ:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g(1psz,1zyt,1jęcz), twaróg półtłusty z pietruszką 50g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400 ml (1ow,7), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1zyt,1jęcz), serek fromage 80g (7), dżem porzeczkowy 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą jaś 400 ml (1psz,7,9), ryż got. 200g, jajko gotowane 100g 2 szt. (3), sos pieczarkowy 100g (1psz,7), marchew z chrzanem 130g (7,12), kompot z jabłek 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> soczek brzoskwiniowy 200ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1zyt,1jęcz), twaróg półtłusty z pietruszką 80g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150g (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 02.04.2025r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2032.2	Wartość energetyczna [kcal]	2207
Wartość energetyczna [kJ]	8537.8	Wartość energetyczna [kJ]	9271.4
Białko [g]	83.3	Białko [g]	83.5
Tłuszcz [g]	71.7	Tłuszcz [g]	79.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42
Węglowodany ogółem [g]	272.88	Węglowodany ogółem [g]	298.7
Cukry [g]	48.54	Cukry [g]	65.81
Błonnik pokarmowy [g]	19.09	Błonnik pokarmowy [g]	18.56
Sól [g]	4.81	Sól [g]	4.63
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1854.3	Wartość energetyczna [kcal]	2159.5
Wartość energetyczna [kJ]	7794	Wartość energetyczna [kJ]	9083.3
Białko [g]	84.7	Białko [g]	102.8
Tłuszcz [g]	61.1	Tłuszcz [g]	68.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8
Węglowodany ogółem [g]	251.82	Węglowodany ogółem [g]	292.76
Cukry [g]	32.85	Cukry [g]	52.2
Błonnik pokarmowy [g]	21.29	Błonnik pokarmowy [g]	18.53
Sól [g]	5.2	Sól [g]	5.12
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]	1994.7	Wartość energetyczna [kcal]	1900.1
Wartość energetyczna [kJ]	8378.4	Wartość energetyczna [kJ]	7996.2
Białko [g]	81.7	Białko [g]	71
Tłuszcz [g]	72.7	Tłuszcz [g]	55.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.5
Węglowodany ogółem [g]	261.68	Węglowodany ogółem [g]	288.64
Cukry [g]	35.67	Cukry [g]	49.91
Błonnik pokarmowy [g]	17.02	Błonnik pokarmowy [g]	19.77
Sól [g]	4.66	Sól [g]	4.12
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1994.7	Wartość energetyczna [kcal]	2140.2
Wartość energetyczna [kJ]	8378.4	Wartość energetyczna [kJ]	8997.7
Białko [g]	81.7	Białko [g]	87.3
Tłuszcz [g]	72.7	Tłuszcz [g]	70.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.4
Węglowodany ogółem [g]	261.68	Węglowodany ogółem [g]	300.76
Cukry [g]	35.67	Cukry [g]	75.5
Błonnik pokarmowy [g]	17.02	Błonnik pokarmowy [g]	21.65
Sól [g]	4.66	Sól [g]	3.51

--	--

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. Zboża zawierające gluten:
  - 1psz – zboża zawierające gluten pszenney,
  - 1żyt – zboża zawierające gluten żytni
  - 1ow – zboża zawierające gluten owsiany
  - 1jęcz – zboża zawierające gluten jęczmienny
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 zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywienia