



JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.12.2023. {BOŻE NARODZENIE}

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: masło tł. 82% 20g, pieczywo, żytnio-pszenne +graham 75g, szynka gotowana 40g, ćwikła 50g, babka jogurtowa 100g,
herbata owocowa (malinowa) 220, WEGE- ser topiony 100g
Obiad zupa pomidorowa z ryżem 350ml, ziemniaki 250g, pieczeń wieprzowa w sosie własnym 180g, surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130g, mieszanka kompotowa (malina, agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml
WEGE- kopytka z masłem tł. 82% 300g
Kolacja – masło tł. 82% 20g, pieczywo żytnio-pszenne+ graham 75g , pierś pieczona z indyka 40g, herbata czarna 220ml
WEGE- jajko gotowane 70g
Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie- masło tł. 82% 20g, pieczywo pszenne 75g, szynka gotowana 40g, buraczki, babka jogurtowa, herbata owocowa (malinowa)
Obiad -zupa pomidorowa z ryżem 350ml, ziemniaki 250g, bitka ze schabu 80g, sos koperkowy 100g, marchew gotowana 130g, mieszanka kompotowa (malina, agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml
Kolacja - masło, pieczywo pszenne, pierś pieczona z indyka, herbata czarna
Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA WĄTROBOWA\ WRZODOWA/ DIETA WYSOKOBIAŁKOWA

Śniadanie-masło 82% 20g, pieczywo pszenne 75g , szynka gotowana 40g , buraczki 50g , babka jogurtowa 100g,
herbata czarna 220ml
Obiad-zupa pomidorowa z ryżem 350 ml, ziemniaki, 250g, bitka ze schabu 80g , sos koperkowy 100g , marchew gotowana 130g, mieszanka kompotowa (malina, agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220 ml
Kolacja- masło tł. 82% 20g, pieczywo pszenne 90g, pierś pieczona z indyka 40g, herbata czarna 220ml,
Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA CUKRZYCOWA/DIETA WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA

Śniadanie- masło tł. 82% 20g, pieczywo żytnio- pszenne + graham 75g, szynka gotowana 40g, ćwikła 50g, babka jogurtowa 100g, herbata owocowa (malinowa) bez cukru 220 ml
Obiad - zupa pomidorowa z ryżem 350ml, ziemniaki 250g, bitka ze schabu 80g, sos koperkowy 100g, surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130g, mieszanka kompotowa (malina, agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/ c 220ml
Kolacja – masło tł. 82% 20g, pieczywo żytnio-pszenne + graham 90g, pierś pieczona z indyka 40g, herbata czarna b/c 220ml
Kolacja II-masło tł. 82% 20g, pieczywo żytnio pszenne + graham 50g, serek deliser 17g, B/M – pomidor 50g, herbata czarna bez cukru 220ml

DIETA MIKSOWANA

Śniadanie – kasza kukurydziana na mleku 350ml
Obiad/Kolacja -zupa pomidorowa z ryżem 350 ml i kurczakiem 150g

OBOK ZOSTAŁY ZAWARTE INFORMACJE NA TEMAT SUBSTANCJI ALERGENNYCH

**WYKAZ SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW POWODUJĄCYCH
ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI ZAWARTE W
JADŁOSPISIE NA DZIEŃ 25.12.2023**

POTRAWA	SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI
Kasza kukurydziana na mleku	Mleko
Masło	Mleko
Pieczywo	Gluten
Szynka gotowana	Gluten, soja
Serek deliser	Mleko
Ser topiony	Mleko
Zupa pomidorowa	Gluten, seler, jaja
Babka piernikowa	Gluten
Pieczeń wieprzowa w sosie	Gluten
Sos koperkowy	Gluten
Marchew gotowana	Gluten
Kopytka z masłem	Gluten, jaja, mleko
Pierś pieczona z indyka	Soja
Jajko gotowane	Jaja
Ćwikła	Mleko

Opracowane przez Dietetyka i Starszego Referenta Działu Żywnienia
Zatwierdzone przez Kierownika Działu Żywnienia



*Zdrowych, pogodnych
i Wesółych Świąt życzą
pracownicy Działu Żywnienia*

Data Opracowania:22.12.2023

Dzienna wartość odżywcza jadłospisów diet z dnia 25.12.2023 – poniedziałek

DIETA PODSTAWOWA [KOD 1]

Wartość energetyczna [kcal] 2024.3 [kJ] 8483.1 Białko [g] 74.1, Tłuszcz [g] 88.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 38.4, Węglowodany ogółem [g] 241.17, Cukry [g] 60.12, Błonnik pokarmowy [g] 18.28, Sól [g] 3.63.

DIETA ŁATWOSTRAWNA [KOD 2],

Wartość energetyczna [kcal] 2076, [kJ] 8697.2, Białko [g] 73.3, Tłuszcz [g] 93.1, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39, Węglowodany ogółem [g] 245.75, Cukry [g] 71.18, Błonnik pokarmowy [g] 19.41, Sól [g] 3.88.

DIETY: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [KOD 4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[KOD 3],
DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKOBIAŁKOWA)

Wartość energetyczna [kcal] 2076, [kJ] 8697.2, Białko [g] 73.3, Tłuszcz [g] 93.1, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39, Węglowodany ogółem [g] 245.75, Cukry [g] 71.18, Błonnik pokarmowy [g] 19.41, Sól [g] 3.88.

DIETY: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [KOD 6] (CUKRZYCOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM
ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA

Wartość energetyczna [kcal] 2261.3 [kJ] 9465.5 Białko [g] 78.6 Tłuszcz [g] 109.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 51.8, Węglowodany ogółem [g] 248.33, Cukry [g] 59.03, Błonnik pokarmowy [g] 16.41, Sól [g] 4.17.