



JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.12.2023r. { WIGILIA }

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie - makaron na mleku 350ml, masło 20g, pieczywo żytnio-pszenne +graham 75g , ser żółty salami 40g, serek tartare 17g 1 szt. B/M-pomidor , herbata czarna
Obiad - zupa brokułowa 350 ml, pieczywo żytnio- pszenne + graham 75g
Kolacja – barszcz czerwony czysty 300ml, ziemniaki 250g, ryba smażona 100g, sos grecki 150g, sałatka jarzynowa 120g, uszka z pieczarkami 100g, kapusta z grochem 100g, kompot z suszu 220ml
Posilek dodatkowy: mus jabłkowy 100g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie- makaron na mleku 350ml, masło 20g , pieczywo pszenne 75g, ser biały 70g, dżem truskawkowy 25g, herbata czarna 220ml
Obiad - zupa brokułowa350ml, pieczywo pszenne 75g
Kolacja -barszcz czerwony czysty 300ml, ziemniaki 250g, ryba gotowana (dorsz) 100g w sosie greckim150g, pierogi (ziemniaki, ser biały) 200 g, sałatka jarzynowa z olejem 120g , kompot z suszu 220 ml
Posilek dodatkowy: mus jabłkowy 100g

DIETA WĄTROBOWA\ WRZODOWA /DIETA WYSOKOBIAŁKOWA

Śniadanie-makaron na mleku 350ml , masło 20g , pieczywo pszenne 75g, ser biały 70g, dżem truskawkowy 25g, herbata czarna,
Obiad- zupa brokułowa 350ml, pieczywo pszenne 75g
Kolacja - barszcz czerwony czysty 300ml, ziemniaki 250g, ryba gotowana (dorsz) 100g w sosie greckim 150g, pierogi (ziemniaki, ser biały) 200g, sałatka jarzynowa 120g, kompot z suszu 220 ml
Posilek dodatkowy: mus jabłkowy 100g

DIETA CUKRZYCOWA/DIETA WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA

Śniadanie - masło 20g, pieczywo żytnio pszenne +graham 75g ,ser żółty salami 40g, serek tartare 20g , WĄTR-CUKRZ- serek tartare 20g, B/M- pomidor 50g, herbata czarna bez cukru
Obiad - zupa brokułowa 350ml, pieczywo żytnio-pszenne + graham 75g
Kolacja - barszcz czerwony czysty, 300ml, ziemniaki 250g, ryba gotowana (dorsz) 100g w sosie greckim (150g), uszka z pieczarkami 100g, sałatka jarzynowa 120g,
CUKRZ- kapusta z grochem 100g, kompot z suszu 220g b/c,

Kolacja II-masło 20g, pieczywo żytnio pszenne+ graham 75g, ser topiony 100g, dieta bez mleczna: jajko gotowane 70g, herbata czarna b/c 220ml

DIETA MIKSOWANA

Śniadanie –makaron na mleku 350ml
Obiad/Kolacja - zupa brokułowa 350ml z kurczakiem 150g

OBOOK ZOSTAŁY ZAWARTE INFORMACJE NA TEMAT SUBSTANCJI ALERGENNYCH

WYKAZ SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI ZAWARTE W JADŁOSPISIE NA DZIEŃ 24.12.2023r.

POTRAWA	SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI
Makaron na mleku	Mleko, gluten, jaja
Masło	Mleko
Pieczywo	Gluten
Ser żółty salami	Mleko
Serek tartare	Mleko
Ser biały	Mleko
Zupa brokułowa	Gluten, seler, mleko
Barszcz czerwony czysty	Seler
Ryba smażona	Gluten, ryba
Sos grecki	Seler, gluten
Jajko gotowane	Jaja
Uszka z pieczarkami	Gluten, jaja
Pierogi (ziemniaki, ser biały)0	Gluten, jaja , mleko
Ryba gotowana	Ryba
Sałatka jarzynowa	Seler, jaja, gorczyca
Ser topiony	Mleko

OPRACOWAŁ ZESPÓŁ ŻYWIENIOWY

Zdrowych, pogodnych i Wesółych Świąt życzą pracownicy Działu Żywienia

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

DATA OPRACOWANIA: 21. 12.2023



--	--

Dzienna wartość odżywcza jadłospisów diet z dnia 24.12.2023 – niedziela

DIETA PODSTAWOWA [KOD 1]

Wartość energetyczna [kcal] 2208.7 [kJ] 9299 Białko [g] 80.6, Tłuszcz [g] 80.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 24.1, Węglowodany ogółem [g] 350.07, Cukry [g] 53.42, Błonnik pokarmowy [g] 26.4, Sól [g] 3.51.

DIETY: ŁATWOSTRAWNA [KOD 2]

Wartość energetyczna [kcal] 2249.5 [kJ] 9449.9 Białko [g] 79.5 Tłuszcz [g] 77.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 23.2, Węglowodany ogółem [g] 320.89, Cukry [g] 50.14, Błonnik pokarmowy [g] 26.39, Sól [g] 3.29.

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] 2249.5 [kJ] 9449.9 Białko [g] 79.5 Tłuszcz [g] 77.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 23.2, Węglowodany ogółem [g] 320.89, Cukry [g] 50.14, Błonnik pokarmowy [g] 26.39, Sól [g] 3.29.

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 nergetyczna [kcal] 2208.7 [kJ] 9299 Białko [g] 80.6, Tłuszcz [g] 80.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 24.1, Węglowodany ogółem [g] 350.07, Cukry [g] 53.42, Błonnik pokarmowy [g] 26.4, Sól [g] 3.51.