



JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.12.2023r. { BOŻE NARODZENIE }

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie-masło tł. 82% 20g, pieczywo żytnio pszenne+graham 75g , kielbasa krakowska 40g, babka piaskowa 100g, herbata owocowa (poziomka) 220 ml
WEGE- serek tartare 1 szt, 17g, miód naturalny 1 szt. 25g,
Obiad- zupa rosół z makaronem 350ml, ziemniaki, got. 250g pierś z kurczaka gotowana 80g , sos pietruszkowy 100g, sałatka z ogórka konserwowego z olejem rzepakowym 130g, kompot z czarnej porzeczki 220 ml, WEGE- kluski śląskie z masłem 300g
Kolacja – masło tł. 82% 20g, pieczywo żytnio-pszenne+graham 90g, połędwica sopocka 40g, herbata czarna 220ml, WEGE- dżem brzoskwiniowy 2 szt.
Posilek dodatkowy : jabłko 150g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie- masło tł. 82% 20g, pieczywo pszenne 90g, kielbasa krakowska 40g , babka piaskowa 100g, herbata owocowa (poziomka) 220ml
Obiad – zupa rosół z makaronem 350g, ziemniaki 250g, pierś z kurczaka gotowana 80g, sos pietruszkowy 100g, sałatka z buraczków z olejem rzepakowym 130g, kompot z czarnej porzeczki 220ml
Kolacja - masło tł. 82% 20g, pieczywo pszenne 90g, połędwica sopocka 40g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy : jabłko 150g

DIETA WĄTROBOWA/ WRZODOWA /DIETA WYSOKOBIAŁKOWA

Śniadanie-masło tł. 82% 20g, pieczywo pszenne 90g, kielbasa krakowska 40g, babka piaskowa 100g, herbata owocowa (poziomka) 220ml
Obiad- zupa rosół z makaronem 350ml, ziemniaki got. 250g, pierś z kurczaka gotowana 80g, sos pietruszkowy 100g, sałatka z buraczków z olejem rzepakowym 130g, kompot z czarnej porzeczki 220ml
Kolacja - masło tł. 82% 20g, pieczywo pszenne 90g, połędwica sopocka 40g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy : jabłko 150g

DIETA CUKRZYCOWA/DIETA WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA

Śniadanie:masło tł. 82% 20g, pieczywo żytni-pszenne+graham 90g, kielbasa krakowska 40g, babka piaskowa 100g, herbata owocowa (poziomka)b/c 220ml
Obiad - zupa rosół z makaronem 350ml, ziemniaki got. 250g, pierś z kurczaka gotowana 80g, sos pietruszkowy 100g, sałatka z ogórka konserwowego z olejem rzepakowym 130g, kompot z czarnej porzeczki b/c 220ml
Kolacja - masło tł. 82% 20g , pieczywo żytnio-pszenne+graham 90g, połędwica sopocka 40g, herbata czarna b/c 220ml

Kolacja II-masło tł. 82% 20g, pieczywo żytnio-pszenne + graham 50g, szynka z indyka 40g, herbata czarna bez cukru 220g

DIETA MIKSOWANA

Śniadanie płatki owsiane na mleku 350ml
Obiad/Kolacja - zupa rosół z makaronem 350ml 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 26.12.2023r.

POTRAWA	SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI
Płatki owsiane na mleku	Mleko, gluten
Masło	Mleko
Pieczywo	Gluten
Zupa rosół z makaronem	Gluten, seler, jajko
Babka piaskowa	Gluten
Serek tartare	mleko
Sos pietruszkowy	Gluten
Kluski śląskie z masłem	Gluten, jaja, mleko
Ogórek konserwowy	Gorczyca
Kielbasa krakowska	Soja
Polędwica sopocka	Soja
Szynka z indyka	Soja

Opracowanie: Dietetyk i Starszy Referent Działu Żywnienia
Zatwierdził Kierownik Działu Żywnienia

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



Dzienna wartość odżywcza jadłospisów diet z dnia 26.12.2023 – wtorek

DIETA PODSTAWOWA [KOD 1]

Wartość energetyczna [kcal] 2039.2[kJ] 8571.7 Białko [g] 80.3, Tłuszcz [g] 71.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 37.1, Węglowodany ogółem [g] 396.7, Cukry [g] 63.26, Błonnik pokarmowy [g] 12.07, Sól [g] 4.83.

DIETA ŁATWOSTRAWNA [KOD 2],

Wartość energetyczna [kcal] 2070.9, [kJ] 8705.1, Białko [g] 81.2, Tłuszcz [g] 71.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 37.1, Węglowodany ogółem [g] 283.2, Cukry [g] 67.53, Błonnik pokarmowy [g] 14.51, Sól [g] 3.8.

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] 2070.9, [kJ] 8705.1, Białko [g] 81.2, Tłuszcz [g] 71.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 37.1, Węglowodany ogółem [g] 283.2, Cukry [g] 67.53, Błonnik pokarmowy [g] 14.51, Sól [g] 3.8.

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] 2275.7[kJ] 9557.4 Białko [g] 90.7 Tłuszcz [g] 86.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 47.2, Węglowodany ogółem [g] 288.75, Cukry [g] 55.33, Błonnik pokarmowy [g] 11.81, Sól [g] 4.6.