

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa wieprz. 60g(6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), papryka 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z makaronem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 150g, bigos z kapustą kiszona i mięsem wieprzowym i kiełbasą wieprzową 300g (6,10), kompot z truskawkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p>	<p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), kiełbasa szynkowa wieprz. 60g(6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, sałata strzep. 30g 3 liście</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z makaronem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, mięso wieprzowe w jarzynie (marchew seler, pietruszka, fasolka szparagowa) 180g (1,9) , kompot truskawkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa wieprz. 60g(6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), papryka 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z makaronem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 150g, bigos z kapustą kiszona i mięsem wieprzowym i kiełbasą wieprzową 300g (6,10), kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) twaróg półtłusty z rzodkiewką 50g (7), pomidor 50g, herbata leśna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), kiełbasa szynkowa wieprz. 100g(6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, sałata strzep. 30g 3 liście</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z makaronem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, mięso wieprzowe w jarzynie (marchew seler, pietruszka, fasolka szparagowa) 180g (1,9), kompot truskawkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 150g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa wieprz. 60g(6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzep. 30g 3 liście</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z makaronem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, mięso wieprzowe w jarzynie (marchew seler, pietruszka, fasolka szparagowa) 180g (1,9), kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) twaróg półtłusty 50g (7), pomidor 50g, herbata leśna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> ryż na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, kiełbasa szynkowa wieprz. 60g(6), dżem wiśniowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata strzep. 30g 3 liście</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z makaronem bez zabielenia 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, mięso wieprzowe w jarzynie (marchew seler, pietruszka, fasolka szparagowa) 180g (1,9), kompot truskawkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus bananowy 100g</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [ 1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), dżem wiśniowy 25g 1 szt., serek tartare ziołowy 40g 2 szt. (7), herbata czarna 220ml, papryka</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z makaronem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 150g, <u>jajko gotowane 2 szt. 100g (3) w sosie jarzynowym</u> (marchew seler, pietruszka, fasolka szparagowa) 100g (1), kompot truskawkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z sera białego z rzodkiewką 100g (7), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 30.12.2024 r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2025.8	Wartość energetyczna [kcal]	2240.9
Wartość energetyczna [kJ]	8508.8	Wartość energetyczna [kJ]	9397.4
Białko [g]	83	Białko [g]	90.5
Tłuszcz [g]	74	Tłuszcz [g]	93.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1
Węglowodany ogółem [g]	265.26	Węglowodany ogółem [g]	268.68
Cukry [g]	54.59	Cukry [g]	51.4
Błonnik pokarmowy [g]	16.99	Błonnik pokarmowy [g]	19.12
Sól [g]	5.61	Sól [g]	4.45
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2112.8	Wartość energetyczna [kcal]	2485.4
Wartość energetyczna [kJ]	8874.4	Wartość energetyczna [kJ]	10416.1
Białko [g]	93.9	Białko [g]	110.5
Tłuszcz [g]	72.6	Tłuszcz [g]	110.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47.2
Węglowodany ogółem [g]	285.52	Węglowodany ogółem [g]	272.29
Cukry [g]	44.38	Cukry [g]	51.52
Błonnik pokarmowy [g]	29.14	Błonnik pokarmowy [g]	18.72
Sól [g]	5.5	Sól [g]	5.7
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]	2187.3	Wartość energetyczna [kcal]	2144.7
Wartość energetyczna [kJ]	9172.2	Wartość energetyczna [kJ]	8996.3
Białko [g]	94.1	Białko [g]	85.2
Tłuszcz [g]	91.9	Tłuszcz [g]	87.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35
Węglowodany ogółem [g]	254.87	Węglowodany ogółem [g]	263.38
Cukry [g]	40.4	Cukry [g]	42.92
Błonnik pokarmowy [g]	18.15	Błonnik pokarmowy [g]	18.92
Sól [g]	4.26	Sól [g]	4.24
		DIETA WEGETARIAŃSKA [11/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	1832.1
		Wartość energetyczna [kJ]	7716.8
		Białko [g]	62.6
		Tłuszcz [g]	48.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.7
		Węglowodany ogółem [g]	294.7
		Cukry [g]	85.06
		Błonnik pokarmowy [g]	17.53
		Sól [g]	4.28

--	--

*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 Żywnienia*

*Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia*

*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 SO<sub>2</sub> 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.*