

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.04.2025r. (wtorek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g (7), rzodkiewka 100g, herbata malinowa 220ml,</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), kotlet ziemniaczany 150g (1psz,3), gulasz wieprzowy z warzywami (marchew, papryka, pieczarki, cebula, ogórek kiszony, koncentrat pomidorowy) 200g (1psz), kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: Banan 1 szt./ ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), szynka z indyka 60g (6,7), herbata czarna 220ml, rukola 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiinowy 150g (7)</p>	<p>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml,</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g, kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: Banan 1 szt./ ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw got. 100g (9), herbata czarna 220ml, rukola 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiinowy 150g (7)</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g (7), rzodkiewka 100g, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, ryż pełnoziarnisty z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g, kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: gruszka 1 szt. ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw got. 100g (9), herbata czarna b/c 220ml, rukola 30g</p> <p>II Kolacja: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1żyt,1psz), chleb graham 25g(1psz,1żyt,1jęcz), szynka pierś pieczona z indyka 40g (6), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIALKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica miodowa drobiowa 100g (6), serek tartare ziołowy 20g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g, kompot z aronii 220 ml, jogurt naturalny 150g (7)</p> <p>Podwieczorek: Banan 1 szt./ ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw got. 100g (9), herbata czarna 220ml, rukola 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiinowy 150g (7)</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g (7), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g, kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy 1 szt. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g (1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw got. 100g (9), herbata czarna b/c 220ml, rukola 30g</p> <p>II Kolacja: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz) szynka pierś pieczona z indyka 40g (6), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na wodzie 400ml(1psz), margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g, pomidor 100g, herbata malinowa 220ml,</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z makaronem bez zabelania 400g (1psz,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g, kompot z aronii 220 ml</p> <p>Podwieczorek: Banan 1 szt./ ok. 150g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw got. 100g (9), herbata czarna 220ml, rukola 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: mus brzoskwiinowy 100g</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), miód naturalny 25g 1 szt., serek wiejski 200g 1 szt (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), kotlet ziemniaczany 150g (1psz,3), gulasz warzywny z fasolą czerwoną (marchew, papryka, pieczarki, cebula, ogórek kiszony, koncentrat pomidorowy) 200g (1psz), kompot z aronii 220mlkompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: Banan 1 szt./ ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), pasta z jajka got. i warzyw got. 100g (3,9) herbata czarna 220ml, rukola 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiinowy 150g (7)</p>

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2195.8	Wartość energetyczna [kcal]	1886.3
Wartość energetyczna [kJ]	9208.1	Wartość energetyczna [kJ]	7932.1
Białko [g]	68.3	Białko [g]	66.3
Tłuszcz [g]	92.1	Tłuszcz [g]	60.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.7
Węglowodany ogółem [g]	282.41	Węglowodany ogółem [g]	277.64
Cukry [g]	52.6	Cukry [g]	58.78
Błonnik pokarmowy [g]	18.01	Błonnik pokarmowy [g]	18
Sól [g]	3.36	Sól [g]	3.35
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2029.7	Wartość energetyczna [kcal]	2093.2
Wartość energetyczna [kJ]	8532.6	Wartość energetyczna [kJ]	8798.6
Białko [g]	77	Białko [g]	91.8
Tłuszcz [g]	63.1	Tłuszcz [g]	70.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.2
Węglowodany ogółem [g]	303.23	Węglowodany ogółem [g]	280.96
Cukry [g]	53.4	Cukry [g]	58.59
Błonnik pokarmowy [g]	29.92	Błonnik pokarmowy [g]	17.91
Sól [g]	3.49	Sól [g]	4.21
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]	1826.1	Wartość energetyczna [kcal]	1834
Wartość energetyczna [kJ]	7677.7	Wartość energetyczna [kJ]	7719.2
Białko [g]	68.6	Białko [g]	56.8
Tłuszcz [g]	59.9	Tłuszcz [g]	51.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.1
Węglowodany ogółem [g]	261.7	Węglowodany ogółem [g]	295
Cukry [g]	44.7	Cukry [g]	64.66
Błonnik pokarmowy [g]	17.28	Błonnik pokarmowy [g]	20.58
Sól [g]	3.4	Sól [g]	3.09
		DIETA WEGETARIANŚKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2155.5
		Wartość energetyczna [kJ]	9050.9
		Białko [g]	81.6
		Tłuszcz [g]	80.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.6
		Węglowodany ogółem [g]	284.31
		Cukry [g]	51.72
		Błonnik pokarmowy [g]	18.01
		Sól [g]	1.83

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 pszenne,
 - 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