

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1ow,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), kielbasa żywiecka 60g(6), ser deliser 17 g 1 szt (7), herbata leśna 220ml, rzodkiewka 100g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, pierś got. z kurczaka 100g, sos pieczarkowy 100g (1psz,7), surówka z marchewki i selera 130g (3,9,10), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), szynka z kurczaka 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: Jogurt naturalny 150g (7)

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]

Śniadanie:masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), kielbasa żywiecka 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata leśna b/c 220ml, rzodkiewka 100g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1psz), surówka z marchewki i selera 130g (3,9,10), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), szynka z kurczaka 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g

II Kolacja: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 25g(1psz,1żyt,1jęcz), jogurt naturalny 150g (7), pomidor 50g , herbata czarna b/c 220ml

DIETA ŁATWOOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]

Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), kielbasa żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata leśna b/c 220ml (7), sałata lodowa 50g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1psz), fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: Mus jabłkowy 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), szynka z kurczaka 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g

II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 25g(1psz,1żyt,1jęcz), jogurt naturalny 150g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

DIETY: ŁATWOOSTRAWNA [2], ŁATWOOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1ow,7),masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa żywiecka 60g(6), ser deliser 17 g 1 szt (7), herbata leśna 220ml, sałata lodowa 50g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1psz), fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z kurczaka 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: Jogurt naturalny 150g (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1ow,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa żywiecka 100g (6), ser deliser 17 g 1 szt (7), herbata leśna 220ml , sałata lodowa 50g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9),ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 200g, sos koperkowy 100g (1psz), fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z kurczaka 100g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 1000g

Posilek dodatkowy: Jogurt naturalny 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml(1ow), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa żywiecka 60g(6), dżem nisko słodzony porzeczkowy 25g, herbata leśna 220ml, sałata lodowa 50g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem bez zabielenia 400g (1psz,9), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1psz), fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z kurczaka 100g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: Mus jabłkowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1ow,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), serek fromage 80g 1 szt. (7), dżem nisko słodzony porzeczkowy 25g, herbat leśna 220 ml, rzodkiewka 100g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z kaszy jaglanej 100g (1psz,3), surówka z marchewki i selera 130g (3,9,10), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), jajko got. 100g 2 szt. (3) , herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: Jogurt naturalny 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 17.04.2025r.

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]	1956.4	Wartość energetyczna [kcal]	1947.9
Wartość energetyczna [kJ]	8207.8	Wartość energetyczna [kJ]	8180
Białko [g]	77.7	Białko [g]	83.3
Tłuszcz [g]	78.4	Tłuszcz [g]	70.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.8
Węglowodany ogółem [g]	243.86	Węglowodany ogółem [g]	254.44
Cukry [g]	41.19	Cukry [g]	47.08
Błonnik pokarmowy [g]	18.05	Błonnik pokarmowy [g]	20.32
Sól [g]	5.29	Sól [g]	5.34
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1956.6	Wartość energetyczna [kcal]	2128
Wartość energetyczna [kJ]	8216.1	Wartość energetyczna [kJ]	8934.7
Białko [g]	89.8	Białko [g]	117.1
Tłuszcz [g]	73	Tłuszcz [g]	79.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.5
Węglowodany ogółem [g]	243.22	Węglowodany ogółem [g]	246.54
Cukry [g]	36.13	Cukry [g]	46.8
Błonnik pokarmowy [g]	16.68	Błonnik pokarmowy [g]	20.59
Sól [g]	4.39	Sól [g]	7.34
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]	1987.8	Wartość energetyczna [kcal]	1897.1
Wartość energetyczna [kJ]	8343.5	Wartość energetyczna [kJ]	7965.7
Białko [g]	88.5	Białko [g]	78.5
Tłuszcz [g]	77.6	Tłuszcz [g]	68.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.2
Węglowodany ogółem [g]	241.81	Węglowodany ogółem [g]	251.54
Cukry [g]	35.95	Cukry [g]	38.29
Błonnik pokarmowy [g]	16.01	Błonnik pokarmowy [g]	21.7
Sól [g]	4.54	Sól [g]	5.25
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2186.4
		Wartość energetyczna [kJ]	9171.2
		Białko [g]	69.9
		Tłuszcz [g]	89.2
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.2
		Węglowodany ogółem [g]	285.37
		Cukry [g]	52.59
		Błonnik pokarmowy [g]	19.14
		Sól [g]	3.91

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 Żywnienia