

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.04.2025r. (czwartek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), kielbasa żywiecka wieprz. 60g (6), serek fromage 1/2 szt. 40g (7), herbata czarna 220 ml, papryka 100g</p> <p>Obiad: zupa kalafiorowa z makaronem 400g (1psz,7,9), gołąbek z mięsem wieprzowym 300g, sos pomidorowy 100g (1), ziemniaki 250g, kompot porzeczkowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g</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), pomidor 100g, herbata truskawkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 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: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa żywiecka wieprz. 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220 ml, sałata masłowa 30 g</p> <p>Obiad: zupa kalafiorowa z makaronem 400g (1psz,7,9), mięso wieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa) 180g (1psz,9), kompot porzeczkowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 60g (6), pomidor 100g, herbata truskawkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), kielbasa żywiecka wieprz. 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna b/c 220 ml, papryka 100g</p> <p>Obiad: zupa kalafiorowa z makaronem 400g (1psz,7,9), gołąbek z mięsem wieprzowym 300g, sos pomidorowy 100g (1), ziemniaki 250g, kompot porzeczkowy b/c 220ml,</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g</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), pomidor 100g, herbata truskawkowa b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1żyt,1psz), chleb graham 25g(1psz,1żyt,1jęcz), serek tartare ziołowy 20g (7), pomidor 50g, herbata truskawkowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa żywiecka wieprz. 100g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220 ml, sałata masłowa 30 g</p> <p>Obiad: zupa kalafiorowa z makaronem 400g (1psz,7,9), mięso wieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa) 180g (1psz,9), kompot porzeczkowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 60g (6), pomidor 100g, herbata truskawkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g(7)</p>
<p>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)/ DIETA OGRANICZENIEM LATWO 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), kielbasa żywiecka wieprz. 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna b/c 220 ml, sałata masłowa 30 g</p> <p>Obiad: zupa kalafiorowa z makaronem 400g (1psz,7,9), mięso wieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa) 180g (1psz,9), ziemniaki 250g, kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g</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), pomidor 100g, herbata truskawkowa b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1żyt,1psz), chleb graham 25g(1psz,1żyt,1jęcz), serek tartare ziołowy 20g (7), pomidor 50g, herbata truskawkowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa żywiecka wieprz. 80g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220 ml, sałata 30 g</p> <p>Obiad: zupa kalafiorowa z makaronem bez zabielenia 400g (1psz,9), mięso wieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa) 180g (1psz,9), kompot porzeczkowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 60g (6), pomidor 100g, herbata truskawkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek pomarańczowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), serek wiejski 1 szt. 80g (7), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220 ml, papryka 100g</p> <p>Obiad: zupa kalafiorowa z makaronem 400g (1psz,7,9), gołąbek z fasolką czerwoną 300g, sos pomidorowy 100g (1), ziemniaki 250g, kompot porzeczkowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), ser żółty 60 g (7), pomidor 100g, herbata truskawkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)</p>

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2361.6	Wartość energetyczna [kcal]	2354.3
Wartość energetyczna [kJ]	9890.3	Wartość energetyczna [kJ]	9860.1
Białko [g]	80.6	Białko [g]	78.7
Tłuszcz [g]	89.8	Tłuszcz [g]	81.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	49.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.2
Węglowodany ogółem [g]	273.87	Węglowodany ogółem [g]	271.93
Cukry [g]	54.55	Cukry [g]	55.84
Błonnik pokarmowy [g]	20.05	Błonnik pokarmowy [g]	17.67
Sól [g]	5.09	Sól [g]	5.04
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIALKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2177.5	Wartość energetyczna [kcal]	2619.1
Wartość energetyczna [kJ]	9114.6	Wartość energetyczna [kJ]	10964.8
Białko [g]	77.5	Białko [g]	97.5
Tłuszcz [g]	88	Tłuszcz [g]	86,6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.5
Węglowodany ogółem [g]	235.53	Węglowodany ogółem [g]	282.82
Cukry [g]	31.36	Cukry [g]	55.93
Błonnik pokarmowy [g]	14.69	Błonnik pokarmowy [g]	18.07
Sól [g]	5.21	Sól [g]	5.33
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]	2196.9	Wartość energetyczna [kcal]	2267.9
Wartość energetyczna [kJ]	9192.6	Wartość energetyczna [kJ]	9504.5
Białko [g]	76.4	Białko [g]	71.2
Tłuszcz [g]	87.1	Tłuszcz [g]	82.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.2
Węglowodany ogółem [g]	238.38	Węglowodany ogółem [g]	279.82
Cukry [g]	32.02	Cukry [g]	53.26
Błonnik pokarmowy [g]	18.11	Błonnik pokarmowy [g]	18.57
Sól [g]	5.25	Sól [g]	6
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2426.1
		Wartość energetyczna [kJ]	10210
		Białko [g]	93.6
		Tłuszcz [g]	73.2
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.7
		Węglowodany ogółem [g]	357.4
		Cukry [g]	60.81
		Błonnik pokarmowy [g]	18.76
		Sól [g]	2.35

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