

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.04.2025r. (sobota)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g (7) 1 szt., herbata poziomkowa 220 ml, ogórek kiszony 100g</p> <p>Obiad: Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g (7,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), (<i>ZOL ziemniaki 250g</i>), pulpet drobiowy gotowany 100g (1psz,3), sos pietruszkowy 100g (1psz), marchew got. kostka 130g (7), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus marchwiowy 100g</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g (7) 1 szt., herbata poziomkowa 220 ml, rukola 30g</p> <p>Obiad: Barszcz czerwony i ziemniakami 400g (7,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), (<i>ZOL ziemniaki 250g</i>) pulpet drobiowy gotowany 100g (1psz,3), sos pietruszkowy 100g (1psz), marchew gotowana kostka 130g (7), kompot wiśniowy 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) kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus marchwiowy 100g</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g (7) 1 szt., herbata poziomkowa b/c 220 ml, ogórek kiszony 100g</p> <p>Obiad: Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g (7,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), (<i>ZOL ziemniaki 250g</i>), pulpet drobiowy gotowany 100g (1psz,3), sos pietruszkowy 100g (1psz), marchew got. kostka 130g (7), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz), chleb graham 25g (1psz), serek tartare 20g 1 szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 100g (6), serek deliser 17g (7) 1 szt. herbata poziomkowa 220 ml, rukola 30g</p> <p>Obiad: Barszcz czerwony i ziemniakami 400g (7,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), (<i>ZOL ziemniaki 250g</i>) pulpet drobiowy gotowany 200g (1psz,3), sos pietruszkowy 100g (1psz), marchew gotowana kostka 130g (7), kompot wiśniowy 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), kielbasa szynkowa wieprzowa 100g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus marchwiowy 100g</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(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g (7) 1 szt., herbata poziomkowa b/c220 ml, rukola 30g</p> <p>Obiad: Barszcz czerwony i ziemniakami 400g (7,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), (<i>ZOL ziemniaki 250g</i>) pulpet drobiowy gotowany 100g (1psz,3), sos pietruszkowy 100g (1psz), marchew gotowana kostka 130g (7), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz), chleb graham 25g (1psz), serek tartare 20g 1 szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: ryż na wodzie 400ml (), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 60g (6), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220 ml, rukola 30g</p> <p>Obiad: Barszcz czerwony i ziemniakami 400g (7,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), (<i>ZOL ziemniaki 250g</i>) pulpet drobiowy gotowany 100g (1psz,3), sos pietruszkowy 100g (1psz), marchew gotowana kostka 130g (7), kompot wiśniowy 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), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus marchwiowy 100g</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: ryż na mleku 400ml (1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), serek fromage 80g (7), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220 ml, ogórek kiszony 100g</p> <p>Obiad: Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g (7,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), jajko gotowane 50g 2 szt. (3), sos pietruszkowy 100g (1psz), marchew got. kostka 130g (7), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), ser żółty 60g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus marchwiowy 100g</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 12.04.2025r.

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]	1975.8	Wartość energetyczna [kcal]	1914.1
Wartość energetyczna [kJ]	8314	Wartość energetyczna [kJ]	8058.4
Białko [g]	83	Białko [g]	81.2
Tłuszcz [g]	58.9	Tłuszcz [g]	54
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.7
Węglowodany ogółem [g]	288.03	Węglowodany ogółem [g]	285.12
Cukry [g]	66.98	Cukry [g]	62.86
Błonnik pokarmowy [g]	19.36	Błonnik pokarmowy [g]	18.69
Sól [g]	2.91	Sól [g]	3.25
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2008.7	Wartość energetyczna [kcal]	2106
Wartość energetyczna [kJ]	8432.3	Wartość energetyczna [kJ]	8865.9
Białko [g]	94.7	Białko [g]	109.5
Tłuszcz [g]	77	Tłuszcz [g]	60.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.5
Węglowodany ogółem [g]	242.53	Węglowodany ogółem [g]	291
Cukry [g]	37.26	Cukry [g]	63.11
Błonnik pokarmowy [g]	16.87	Błonnik pokarmowy [g]	19
Sól [g]	6.88	Sól [g]	4.09
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]	2100	Wartość energetyczna [kcal]	1875.3
Wartość energetyczna [kJ]	8432	Wartość energetyczna [kJ]	7903.5
Białko [g]	94.7	Białko [g]	91.5
Tłuszcz [g]	77	Tłuszcz [g]	45.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	19.6
Węglowodany ogółem [g]	242.53	Węglowodany ogółem [g]	285.85
Cukry [g]	37.26	Cukry [g]	47.29
Błonnik pokarmowy [g]	16.87	Błonnik pokarmowy [g]	20.53
Sól [g]	6.88	Sól [g]	3.1
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	1909
		Wartość energetyczna [kJ]	8032
		Białko [g]	89.1
		Tłuszcz [g]	57.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	23.9
		Węglowodany ogółem [g]	267.33
		Cukry [g]	66.16
		Błonnik pokarmowy [g]	18.48
		Sól [g]	1.85

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