

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.04.2025r. (wtorek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400 ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), polędwica drobiowa 60g (6), miód 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, fasolka po bretońsku z kielbasą wieprzową 300g (6,10), kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt./ ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), herbata malinowa 220ml, papryka 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt truskawkowy 150g (7)</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4]</p> <p>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400 ml (1jęcz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica drobiowa 60g (6), miód 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, mięso wieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, kalafior, fasolka szparagowa) 180g, 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 ryżu, ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt truskawkowy 150g (7)</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), polędwica drobiowa 60g(6), serek deliser 17g (7), herbata czarna b/c 220 ml,sałata 30g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, fasolka po bretońsku z kielbasą wieprzową 300g (6,10), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt./ ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), pasta z ryżu, ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), herbata malinowa b/c 220ml, papryka 100g</p> <p>II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g(1psz,1żyt,1jęcz), serek tartare 1szt. 20g (7), pomidor 50g, herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIALKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400 ml (1jęcz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica drobiowa 100g (6), miód 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, mięso wieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, kalafior, fasolka szparagowa) 180g, 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 ryżu, ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt truskawkowy 150g (7)</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z 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), polędwica drobiowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna b/c, sałata 30g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, mięso wieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, kalafior, fasolka szparagowa) 180g, kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt./ ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio -pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), pasta z ryżu, ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p>II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g(1psz,1żyt,1jęcz), serek tartare 1szt. 20g (7), pomidor 50g,herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400g (1jęcz), margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica drobiowa 60g (6), miód 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z makaronem bez zabielenia 400 ml (1psz,9), ziemniaki got. 250g, mięso wieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, kalafior, fasolka szparagowa) 180g, kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt./ ok. 150g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), pasta z ryżu, ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400 ml (1jęcz,7), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), serek deliser 2 szt. 34g (7), miód 50g 2 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (1psz,7,9), ziemniaki 250g, fasolka po bretońsku <u>bez kielbasy (1psz)</u> 200g, kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt./ ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), papryka 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt truskawkowy 150g (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 15.04.2025r.

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]	2220.9	Wartość energetyczna [kcal]	2102
Wartość energetyczna [kJ]	9323.5	Wartość energetyczna [kJ]	8691
Białko [g]	88.7	Białko [g]	79.9
Tłuszcz [g]	81.6	Tłuszcz [g]	93.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.9
Węglowodany ogółem [g]	296.18	Węglowodany ogółem [g]	235.5
Cukry [g]	54.41	Cukry [g]	41.89
Błonnik pokarmowy [g]	27.04	Błonnik pokarmowy [g]	13.96
Sól [g]	4.6	Sól [g]	3.16
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1919.8	Wartość energetyczna [kcal]	2289
Wartość energetyczna [kJ]	8073.6	Wartość energetyczna [kJ]	9179.8
Białko [g]	85.1	Białko [g]	91.9
Tłuszcz [g]	58.2	Tłuszcz [g]	100.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.5
Węglowodany ogółem [g]	276.76	Węglowodany ogółem [g]	237.52
Cukry [g]	36.17	Cukry [g]	42.75
Błonnik pokarmowy [g]	25.93	Błonnik pokarmowy [g]	14.08
Sól [g]	3.24	Sól [g]	4.08
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]	1980.7	Wartość energetyczna [kcal]	2108.7
Wartość energetyczna [kJ]	8302.8	Wartość energetyczna [kJ]	8836.6
Białko [g]	85.1	Białko [g]	65.5
Tłuszcz [g]	87	Tłuszcz [g]	94.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.7
Węglowodany ogółem [g]	223.88	Węglowodany ogółem [g]	257.49
Cukry [g]	31.91	Cukry [g]	34.33
Błonnik pokarmowy [g]	13.25	Błonnik pokarmowy [g]	15.59
Sól [g]	3.19	Sól [g]	2.94
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	1871.9
		Wartość energetyczna [kJ]	7865
		Białko [g]	71.1
		Tłuszcz [g]	61.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.7
		Węglowodany ogółem [g]	274.52
		Cukry [g]	44.85
		Błonnik pokarmowy [g]	26.31
		Sól [g]	2.86

--	--

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 pszenney,
 - 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