

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1żyt,1psz,1jęcz), polędwica z kurcząt 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), ogórek kiszony 100g, herbata poziomkowa 220ml

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), (*ZOL ziemniaki got. 250g*), gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym i kielbasa wieprzową zwyczajną, papryką, pieczarkami 180g (1psz,6), kompot z wiśni 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g(1żyt,1psz,1jęcz), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt jagodowy 150ml (7)

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1żyt,1psz,1jęcz), polędwica z kurcząt 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), ogórek kiszony 100g, herbata poziomkowa b/c 220ml

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), (*ZOL ziemniaki got. 250g*), gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym i kielbasa wieprzową zwyczajną papryką, pieczarkami 180g (1psz,6), kompot wiśni 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1żyt,1psz,1jęcz), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,

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

DIETA ŁATWOSTRAWNA 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(1żyt,1psz,1jęcz), polędwica z kurcząt 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, roszponka 30g

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), (*ZOL ziemniaki got. 250g*) gulasz wieprzowy 180g (1psz), brokuł got. 130g, kompot wiśni b/c 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1żyt,1psz,1jęcz), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,

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

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

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), masło tł.82% 15g (7), polędwica z kurcząt 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, roszponka 30g

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), (*ZOL ziemniaki got. 250g*), gulasz wieprzowy 180g (1psz), brokuł got. 130g, kompot wiśni 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt jagodowy 150ml (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), masło tł.82% 15g (7), polędwica z kurcząt 100g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, roszponka 30g

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), (*ZOL ziemniaki got. 250g*), gulasz wieprzowy 250g (1psz), brokuł got. 130g, kompot wiśni 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 150g (3,6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt jagodowy 150ml (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: ryż na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), margaryna roślinna 80% tł. 10g, polędwica z kurcząt 60g(6), dżem wiśniowy 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220ml, roszponka 30g

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1psz,9), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz),(*ZOL ziemniaki got. 250g*), gulasz wieprzowy 180g (1psz), brokuł got. 130g, kompot wiśni 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: mus bananowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1żyt,1psz,1jęcz), konserwa rybna śledź w pomidorach 120g (4,9), ogórek kiszony 100g, herbata poziomkowa 220ml

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym i z fasolą czerwoną 180g (1psz), kompot wiśni 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1żyt,1psz,1jęcz), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,

Posilek dodatkowy: jogurt jagodowy 150ml (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 22.04.2025r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2025.8	Wartość energetyczna [kcal]	2240.9
Wartość energetyczna [kJ]	8508.8	Wartość energetyczna [kJ]	9397.4
Białko [g]	83	Białko [g]	90.5
Tłuszcz [g]	74	Tłuszcz [g]	93.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1
Węglowodany ogółem [g]	265.26	Węglowodany ogółem [g]	268.68
Cukry [g]	54.59	Cukry [g]	51.4
Błonnik pokarmowy [g]	16.99	Błonnik pokarmowy [g]	19.12
Sól [g]	5.61	Sól [g]	4.45
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2112.8	Wartość energetyczna [kcal]	2485.4
Wartość energetyczna [kJ]	8874.4	Wartość energetyczna [kJ]	10416.1
Białko [g]	93.9	Białko [g]	110.5
Tłuszcz [g]	72.6	Tłuszcz [g]	110.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47.2
Węglowodany ogółem [g]	285.52	Węglowodany ogółem [g]	272.29
Cukry [g]	44.38	Cukry [g]	51.52
Błonnik pokarmowy [g]	29.14	Błonnik pokarmowy [g]	18.72
Sól [g]	5.5	Sól [g]	5.7
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]	2187.3	Wartość energetyczna [kcal]	2144.7
Wartość energetyczna [kJ]	9172.2	Wartość energetyczna [kJ]	8996.3
Białko [g]	94.1	Białko [g]	85.2
Tłuszcz [g]	91.9	Tłuszcz [g]	87.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35
Węglowodany ogółem [g]	254.87	Węglowodany ogółem [g]	263.38
Cukry [g]	40.4	Cukry [g]	42.92
Błonnik pokarmowy [g]	18.15	Błonnik pokarmowy [g]	18.92
Sól [g]	4.26	Sól [g]	4.24
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	1832.1
		Wartość energetyczna [kJ]	7716.8
		Białko [g]	62.6
		Tłuszcz [g]	48.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.7
		Węglowodany ogółem [g]	294.7
		Cukry [g]	85.06
		Błonnik pokarmowy [g]	17.53
		Sól [g]	4.28

--	--

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