

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), pierś pieczona z indyka 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata brzoskwiniowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza gryczana 200g, <i>(ZOL kasza jęczmienna 200g (1jęcz))</i> duszony zraz wieprzowy w sosie własnym (mięso 100g + sos 100g) (1psz), sałatka z buraków i cebuli 130g, mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), parówka drobiowo – wieprzowa 100g (6), musztarda 20g (10), herbata czarna 220ml, roszponka 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: Jogurt mango 150ml 1 szt. (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: makaron na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pierś pieczona z indyka 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata brzoskwiniowa 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL kasza)</i>, got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1psz,3), buraczki na ciepło 130g (1psz), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus jagodowy 1 szt. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), parówka drobiowo – wieprzowa 100g (6), ketchup 20g, herbata czarna 220ml, roszponka 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: Jogurt mango 150ml (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), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata brzoskwiniowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza gryczana 200g, <i>(ZOL kasza jęczmienna 200g (1jęcz))</i> got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1psz,3), sałatka z buraków i cebuli 130g, mieszanka kompotowa b/c (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), parówka drobiowo – wieprzowa 100g (6), musztarda 20g (10), herbata czarna b/c 220ml, roszponka 30g</p> <p>II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz), chleb graham 25g (1psz), polędwica sopocka wieprz. 40g (6), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pierś pieczona z indyka 100g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata brzoskwiniowa 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL kasza)</i>, got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 200g + sos 100g) (1psz,3), buraczki na ciepło 130g (1psz), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus jagodowy 1 szt. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), parówka drobiowo – wieprzowa 100g (6), ketchup 20g, herbata czarna 220ml, roszponka 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: Jogurt mango 150ml (7)</p>
<p>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)</p> <p>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), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata brzoskwiniowa b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL kasza)</i>, got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1psz,3), buraczki na ciepło 130g (1psz), mieszanka kompotowa b/c (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), parówka drobiowo – wieprzowa 100g (6), ketchup 20g, herbata czarna b/c 220ml, roszponka 30g</p> <p>II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz), chleb graham 25g (1psz), polędwica sopocka wieprz. 40g (6), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: makaron na wodzie 400ml(1psz), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pierś pieczona z indyka 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata brzoskwiniowa 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1psz,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL kasza)</i>, got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1psz,3), buraczki na ciepło 130g (1psz), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus jagodowy 1 szt. 100g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), parówka drobiowo – wieprzowa 100g (6), ketchup 20g, herbata czarna 220ml, roszponka 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek marchwiowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), miód naturalny 25g 1 szt., serek fromage 80g 1 szt.(7), herbata brzoskwiniowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza gryczana 200g, jajko gotowane 100g 2 szt. (3), sos pietruszkowy 100g (1psz), sałatka z buraków i cebuli 130g, mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g(1psz,1żyt,1jęcz), serek wiejski 200g (7), herbata czarna 220ml, roszponka 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: Jogurt mango 150ml (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 09.04.2025r.

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]	2078.8	Wartość energetyczna [kcal]	1990.8
Wartość energetyczna [kJ]	8734.1	Wartość energetyczna [kJ]	8374.2
Białko [g]	85	Białko [g]	80.7
Tłuszcz [g]	73.4	Tłuszcz [g]	62
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.5
Węglowodany ogółem [g]	278.74	Węglowodany ogółem [g]	286.5
Cukry [g]	55.29	Cukry [g]	47.61
Błonnik pokarmowy [g]	18.65	Błonnik pokarmowy [g]	18.38
Sól [g]	3.13	Sól [g]	3.15
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2000.1	Wartość energetyczna [kcal]	2256.7
Wartość energetyczna [kJ]	8397	Wartość energetyczna [kJ]	9488.9
Białko [g]	89.6	Białko [g]	105.8
Tłuszcz [g]	75.6	Tłuszcz [g]	74.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.5
Węglowodany ogółem [g]	249.2	Węglowodany ogółem [g]	300.5
Cukry [g]	42.65	Cukry [g]	48.2
Błonnik pokarmowy [g]	18.06	Błonnik pokarmowy [g]	18.53
Sól [g]	4.49	Sól [g]	3.91
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]	1996.4	Wartość energetyczna [kcal]	1902.9
Wartość energetyczna [kJ]	8384	Wartość energetyczna [kJ]	8011.5
Białko [g]	89.7	Białko [g]	70.1
Tłuszcz [g]	73.3	Tłuszcz [g]	53.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	24.8
Węglowodany ogółem [g]	253.65	Węglowodany ogółem [g]	294.69
Cukry [g]	44.06	Cukry [g]	55.19
Błonnik pokarmowy [g]	18.45	Błonnik pokarmowy [g]	18.53
Sól [g]	4.56	Sól [g]	2.75
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2213.7
		Wartość energetyczna [kJ]	9285.9
		Białko [g]	82.9
		Tłuszcz [g]	90.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.3
		Węglowodany ogółem [g]	275.3
		Cukry [g]	56.69
		Błonnik pokarmowy [g]	18.19
		Sól [g]	3.07

--	--

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