

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml, masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), ser żółty 60g (7), dżem truskawkowy 25g, pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got. 200g (1,3), gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym i kielbasa zwyczajną, pieczarkami, papryką 180g (1,6), kompot z porzeczkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i groszku zielonego 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150ml (7)</p>	<p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBU- DZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWO- STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got. 200g (1,3), mięso wieprzowe w jarzynach 180g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus jabłkowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150ml (7)</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p><b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got. 200g (1,3), gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym i kielbasa zwyczajną, pieczarkami, papryką 180g (1,6), kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i groszku zielonego 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) twaróg półtłusty z koperkiem 50g (7), roszponka 30g, herbata leśna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA) [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got. 200g (1,3), mięso wieprzowe w jarzynach 250g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus jabłkowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i koperku 150g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150ml (7)</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p><b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makron got. 200g (1,3), mięso wieprzowe w jarzynach 180g (1,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus jabłkowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) twaróg półtłusty z koperkiem 50g (7), roszponka 30g, herbata leśna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, polędwica sopocka 80g, pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa szpinakowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,9), makaron got. 200g (1,3), mięso wieprzowe w jarzynach 180g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus jabłkowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek owocowy 200ml</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [ 1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), ser żółty 60g (7), dżem truskawkowy 25g, pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got. 200g (1,3), <u>jarzyny gotowane z ciecierzycą</u> 200g (1), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150ml (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 15.07.2024r.

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]	2263.3	Wartość energetyczna [kcal]	2003.5
Wartość energetyczna [kJ]	9497.6	Wartość energetyczna [kJ]	8418.1
Białko [g]	95.7	Białko [g]	93.3
Tłuszcz [g]	91.1	Tłuszcz [g]	73.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37
Węglowodany ogółem [g]	272.89	Węglowodany ogółem [g]	248.17
Cukry [g]	61.83	Cukry [g]	51.08
Błonnik pokarmowy [g]	15.61	Błonnik pokarmowy [g]	10.87
Sól [g]	4.91	Sól [g]	3.46
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1895.9	Wartość energetyczna [kcal]	2055.6
Wartość energetyczna [kJ]	7951.7	Wartość energetyczna [kJ]	8634
Białko [g]	85.3	Białko [g]	97.1
Tłuszcz [g]	77	Tłuszcz [g]	77.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.9
Węglowodany ogółem [g]	225.13	Węglowodany ogółem [g]	247.54
Cukry [g]	35.61	Cukry [g]	49.28
Błonnik pokarmowy [g]	19.59	Błonnik pokarmowy [g]	10.87
Sól [g]	5.24	Sól [g]	3.44
DIETA 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]	1852.3	Wartość energetyczna [kcal]	1764.5
Wartość energetyczna [kJ]	7774.1	Wartość energetyczna [kJ]	7425.8
Białko [g]	91.1	Białko [g]	73.6
Tłuszcz [g]	72.5	Tłuszcz [g]	54.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	21.9
Węglowodany ogółem [g]	216.46	Węglowodany ogółem [g]	251.09
Cukry [g]	35.39	Cukry [g]	45.52
Błonnik pokarmowy [g]	15.51	Błonnik pokarmowy [g]	11.17
Sól [g]	3.81	Sól [g]	3.13
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	1988.4
		Wartość energetyczna [kJ]	8364.6
		Białko [g]	84
		Tłuszcz [g]	61.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.6
		Węglowodany ogółem [g]	282.27
		Cukry [g]	62.93
		Błonnik pokarmowy [g]	17.36
		Sól [g]	3.67

*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. Gluten. 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 opracowany przez Dietetyka Działu Żywnienia*

*Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia*

*Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW  
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI*

*ZAŁĄCZNIK I*

*ROZPORZĄDZENIA PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011  
SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE  
NIETOLERANCJI*

- 1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:*
  - a) syropów glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę ( 1 );*
  - b) maltodekstryn na bazie pszenicy ( 1 );*
  - c) syropów glukozowych na bazie jęczmienia;*
  - d) zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;*
- 2. Skorupiaki i produkty pochodne;*
- 3. Jaja i produkty pochodne;*
- 4. Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem:*
  - a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;*
  - b) żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;*
- 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;*
- 6. Soja i produkty pochodne, z wyjątkiem:*
  - a) całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego ( 1 );*
  - b) mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D -alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego;*
  - c) fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego;*
  - d) estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;*
- 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:*
  - a) serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego,*
  - b) laktitolu;*
- 8. Orzechy, tj. migdały (Amygdalus communis L.), orzechy laskowe (Corylus avellana), orzechy włoskie (Juglans regia), orzechy nerkowca (Anacardium occidentale), orzeszki pekan (Carya illinoensis (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (Bertholletia excelsa), pistacje/orzechy pistacjowe (Pistacia vera), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (Macadamia ternifolia), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;*
- 9. Seler i produkty pochodne;*
- 10. Gorczyca i produkty pochodne;*
- 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;*
- 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO<sub>2</sub> dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;*
- 13. Łubin i produkty pochodne;*
- 14. Mięczaki i produkty pochodne.*
  - 1) Oraz produkty pochodne, o ile obróbka, jakiej je poddano, najprawdopodobniej nie wpływa na zwiększenie alergenicności, ocenionej przez właściwy organ w odniesieniu do produktu, z którego powstał.*