

**DIETA PODSTAWOWA[1]**

**Śniadanie:** kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M-kasza jaglana na wodzie 400ml (1), masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), ser żółty salami 60g (7), dżem porzeczkowy 25g 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (1,7), papryka świeża 100g

**Obiad:** zupa grochowa z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 100g (1,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g, mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** mandarynka 1 szt.

**Kolacja:** masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajek i sera białego ze szczypiorkiem 100g (3,7), B/M-pasta z jajek 100g (3), sałata zielona 10g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt owocowy 150g (7)

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

**Śniadanie:** masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), ser żółty salami 40g (7), serek wiejski 200g (7), kawa zbożowa na wodzie b/c 220 ml (1), Papryka świeża 100g,

**Obiad:** zupa grochowa z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, pulpety gotowane z dorsza 100g (1,3,4), sos pomidorowy 100g (1), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym, mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** mandarynka 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajek i sera białego ze szczypiorkiem 100 g (3,7), B/M- pasta z jajek 100g (3), sałata zielona 10g, herbata czarna b/c 220ml

**II Kolacja CUKRZ:** masło 82% 10g (7), pieczywo żytnio -pszenne 25g (1), chleb graham 25g (1), jogurt owocowy 150g (7), herbata czarna b/c 220ml

**DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]**

**Śniadanie:** masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), kawa zbożowa na wodzie 220 ml (1), pomidor 100g,

**Obiad:** zupa koperkowa z makaronem 400g (1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, pulpety gotowane z dorsza 100g (1,3,4), sos pomidorowy 100g (1), puree z selera 130g, (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** mandarynka 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajek i sera białego z natką pietruszki 100 g (3,7), sałata zielona 10g, herbata czarna b/c 220ml

**II Kolacja WĄTR- CUKRZ:** masło 82% 10g (7), pieczywo żytnio -pszenne 25g (1), chleb graham 25g (1), jogurt owocowy 150g (7), herbata czarna b/c 220ml

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

**Śniadanie:** kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M-kasza jaglana na wodzie 400ml (1), masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g (7), dżem porzeczkowy 25g, kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (1,7), pomidor 100g

**Obiad:** zupa koperkowa z makaronem 400g (1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, pulpety gotowane z dorsza 100g (1,3,4), sos pomidorowy 100g (1), puree z selera 130g, (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** mandarynka 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z jajek, sera białego i natka pietruszki 100g (7), B/M- jajko gotowane 140g (3), sałata zielona 10g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt owocowy 150g (7)

**DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] (WYSOKOBIAŁKOWA)**

**Śniadanie:** kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M-kasza jaglana na wodzie 400ml (1), masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g (7), dżem porzeczkowy 25g, kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (1,7), pomidor 100g

**Obiad:** zupa koperkowa z makaronem 400g (1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, pulpety gotowane z dorsza 200g (1,3,4), sos pomidorowy 100g (1), puree z selera 130g, (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** mandarynka 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z jajek, sera białego i natka pietruszki 150g (7), B/M- jajko gotowane 140g (3), sałata zielona 10g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt owocowy 150g (7)

**DIETA ELIMINACYJNA- BEZMLECZNA [11/ML]**

**Śniadanie:** kasza jaglana na wodzie 400ml (1), masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), dżem porzeczkowy 25g, pasztet drobiowy 80g (1,6,7,9), kawa zbożowa na wodzie 220 ml (1), pomidor 100g

**Obiad:** zupa koperkowa z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki got. 250g, pulpety gotowane z dorsza 100g (1,3,4), sos pomidorowy 100g (1), puree z selera 130g, (1,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** mandarynka 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), jajko gotowane 100g 2 szt. (3), sałata zielona 10g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** mus bananowy 100g

**DIETA WEGETARIAŃSKA +ryba [1/WE]**

**Śniadanie:** kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M-kasza jaglana na wodzie 400ml (1), masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), ser żółty salami 60g (7), dżem porzeczkowy 25g 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (1,7), papryka świeża 100g

**Obiad:** zupa grochowa z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 100g (1,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g, mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** mandarynka 1 szt.

**Kolacja:** masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajek i sera białego ze szczypiorkiem 100g (3,7), sałata zielona 10g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt owocowy 150g (7)

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]	2268.8	Wartość energetyczna [kcal]	2173.3
Wartość energetyczna [kJ]	9518.7	Wartość energetyczna [kJ]	9120
Białko [g]	94.4	Białko [g]	91.5
Tłuszcz [g]	89.6	Tłuszcz [g]	83.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47.6
Węglowodany ogółem [g]	282.8	Węglowodany ogółem [g]	274.97
Cukry [g]	50.38	Cukry [g]	55.63
Błonnik pokarmowy [g]	23.72	Błonnik pokarmowy [g]	23.72
Sól [g]	3.28	Sól [g]	3.47
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2516.7
		Wartość energetyczna [kJ]	10550.3
parametr	zawartość razem	Białko [g]	112.4
		Tłuszcz [g]	107.2
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.2
		Węglowodany ogółem [g]	287.26
Wartość energetyczna [kcal]	2379	Cukry [g]	50.41
Wartość energetyczna [kJ]	9988.8	Błonnik pokarmowy [g]	23.85
Białko [g]	102	Sól [g]	3.64
Tłuszcz [g]	88.4	DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.9	parametr	zawartość razem
Węglowodany ogółem [g]	305.27	Wartość energetyczna [kcal]	2224.9
Cukry [g]	38.86	Wartość energetyczna [kJ]	9337.8
Błonnik pokarmowy [g]	23.25	Białko [g]	92.7
Sól [g]	4.07	Tłuszcz [g]	84.9
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) , WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.6
		Węglowodany ogółem [g]	284.35
		Cukry [g]	51.42
		Błonnik pokarmowy [g]	23.8
parametr	zawartość razem	Sól [g]	2.71
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2268.8
Wartość energetyczna [kcal]	9518.7	Wartość energetyczna [kJ]	9518.7
Białko [g]	94.4	Białko [g]	94.4
Tłuszcz [g]	89.6	Tłuszcz [g]	89.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.2
Węglowodany ogółem [g]	282.8	Węglowodany ogółem [g]	282.8
Cukry [g]	50.38	Cukry [g]	50.38
Błonnik pokarmowy [g]	23.72	Błonnik pokarmowy [g]	23.72
Sól [g]	3.28	Sól [g]	3.28

--	--

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. 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 i Starszego Referenta Działu Żywnienia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia

Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW  
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI

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.