

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa kapuśniak z ziemniakami 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), gulasz wieprzowy 180g (1), buraczki zasmażane 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest,truskawka, czarna porzeczka) 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa żywiecka 60g (6), herbata truskawkowa, sałata zielona 3 liście</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17 g (7), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa kapuśniak z ziemniakami 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), gulasz wieprzowy 180g (1), buraczki zasmażane 130g (1),mieszanka kompotowa (agrest,truskawka, czarna porzeczka) 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa krakowska 60g (6), herbata truskawkowa, sałata zielona 3 liście</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g(1), kefir naturalny 150ml (7), pomidor 50g, B/M pomidor 100 g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )DIETA OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17 g (7), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b>zupa ziemniaczanka 400g(1,7,9), kasza jęczmienna 200g(1),gulasz wieprzowy 180g(1) buraki na ciepło 130g (1),mieszanka kompotowa (agrest,truskawka,czarna porzeczka) 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, chleb graham 50g (1), kielbasa krakowska 60g (6), herbata truskawkowa b/c 220ml, sałata zielona 3 listki</p> <p><b>II Kolacja WĄT-CUKRZ:</b> masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), kefir naturalny 150ml (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml masło tł. 82% 20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), szynka z indyka 60g(6), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b>zupa ziemniaczanka 400g(1,7,9), kasza jęczmienna 200g(1),gulasz wieprzowy 180g(1) buraki na ciepło 130g (1),mieszanka kompotowa (agrest,truskawka,czarna porzeczka) 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa krakowska 60g (6), herbata truskawkowa, sałata zielona 3 liście</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml(1), masło tł. 82% 20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), szynka z indyka 100g(6), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa ziemniaczanka 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g(1), gulasz wieprzowy 200g(1) buraki na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest,truskawka,czarna porzeczka) 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa krakowska 100g (6), herbata truskawkowa, sałata zielona 3 liście</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na wodzie 400ml(1), masło tł. 82% 20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), szynka z indyka 80g(6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa ziemniaczanka 400g(1,9) bez zabeliania, kasza jęczmienna 200g(1), gulasz wieprzowy 180g(1), buraki na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest,truskawka,czarna porzeczka) 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa krakowska 80g (6), herbata truskawkowa, sałata zielona 3 liście</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus jabłkowy 100g</p> <p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [ 1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek deliser 2szt (7), miód naturalny 25g, herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa kapuśniak z ziemniakami 400g(1,9), kasza jęczmienna 200g (1), jajko gotowane 100g (3), buraczki zasmażane 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest,truskawka,czarna porzeczka) 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 100g (7), dżem brzoskwiniowy 25g, herbata truskawkowa, sałata zielona 3 liście</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p>
---	---

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 05.02.2024 r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2406.8	Wartość energetyczna [kcal]	2414.7
Wartość energetyczna [kJ]	10078.8	Wartość energetyczna [kJ]	10124.8
Białko [g]	106.1	Białko [g]	86.8
Tłuszcz [g]	111.7	Tłuszcz [g]	102.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.8
Węglowodany ogółem [g]	254.81	Węglowodany ogółem [g]	295.24
Cukry [g]	59.46	Cukry [g]	66.2
Błonnik pokarmowy [g]	21.25	Błonnik pokarmowy [g]	18.66
Sól [g]	5.79	Sól [g]	4.92
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIĄLKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2473.3	Wartość energetyczna [kcal]	2601.6
Wartość energetyczna [kJ]	10362.8	Wartość energetyczna [kJ]	10890
Białko [g]	92.9	Białko [g]	123.6
Tłuszcz [g]	110	Tłuszcz [g]	125.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	49.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	51.2
Węglowodany ogółem [g]	288.97	Węglowodany ogółem [g]	255.81
Cukry [g]	55.15	Cukry [g]	59.56
Błonnik pokarmowy [g]	22.28	Błonnik pokarmowy [g]	21.3
Sól [g]	6.01	Sól [g]	7.5
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]	2406.8	Wartość energetyczna [kcal]	2479.3
Wartość energetyczna [kJ]	10078.8	Wartość energetyczna [kJ]	10385.5
Białko [g]	106.1	Białko [g]	109
Tłuszcz [g]	111.7	Tłuszcz [g]	112.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.4
Węglowodany ogółem [g]	254.81	Węglowodany ogółem [g]	267.43
Cukry [g]	59.46	Cukry [g]	72.02
Błonnik pokarmowy [g]	21.25	Błonnik pokarmowy [g]	21.25
Sól [g]	5.79	Sól [g]	6.47
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2223.1
		Wartość energetyczna [kJ]	9333.4
		Białko [g]	74.9
		Tłuszcz [g]	83.2
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42.5
		Węglowodany ogółem [g]	304.55
		Cukry [g]	59.91
		Błonnik pokarmowy [g]	22.06
		Sól [g]	3.15

--	--

*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*

#### *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 glukozykowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę ( 1 );*
  - b) maltodekstryn na bazie pszenicy ( 1 );*
  - c) syropów glukozykowych 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.