

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, papryka czerwona100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got.100g (1), bitka wieprzowa duszona w sosie własnym 200g (mięso 100g + sos 100g) (1), sałatka z buraczków z cebulką i olejem rzepakowym 130g, kompot porzeczeki 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z groszku zielonego, jajek i majonezu 100g (3,10), B/M- pasta z jajek i koperku 100g (3), herbata czarna 220ml, pomidor 100g,</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150ml (7),</p> <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</p> <p>Śniadanie: pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, papryka czerwona100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got.100g (1), bitka wieprzowa gotowa 100g w sosie koperkowym 100g (1), sałatka z buraczków z cebulką i olejem rzepakowym 130g, kompot porzeczeki b/c 220 ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: pasta z groszku zielonego, jajek i majonezu 100g (3,10), B/M- pasta z jajek i koperku 100g (3), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) kefir naturalny 150ml (7), sałata strzepy 30g, 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, sałata strzypiasta 30g, 3 listki</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got.100g (1), bitka wieprzowa gotowa 100g w sosie koperkowym 100g (1), sałatka z buraczków i jabłek 130g, kompot porzeczeki b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z sera białego i koperkiem 100g (7), B/M-pasta z jajek i koperku 100g (3), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g.</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) kefir naturalny 150ml (7), sałata strzepy 30g, 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, sałata strzypiasta 30g, 3 listki</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got.100g (1), bitka wieprzowa gotowa 100g w sosie koperkowym 100g (1), sałatka z buraczków i jabłek 130g, kompot z porzeczeki 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z sera białego z koperkiem 100g (7), B/M-pasta z jajek i koperku 100g (3), herbata czarna 220ml, pomidor 100g.</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150ml (7),</p> <p>DIETA BOGATOBIALKOWA(WYSOKOBIALKOWA) [9]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 100g(6), serek tartare 40g 2 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, sałata strzypiasta 30g, 3 listki</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got.100g (1), 2 bitka wieprzowa gotowa na 100g w sosie koperkowym 100g (1), sałatka z buraczków i jabłek 130g, kompot z porzeczeki 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z groszku zielonego, jajek i majonezu150g (3,10), B/M- pasta z jajek i koperku 150g (3), herbata czarna 220ml, pomidor 100g,</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150ml (7),</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 80g(6), herbata truskawkowa 220ml, sałata strzypiasta 30g, 3 listki</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g niezabielana (1,9), kasza jęczmienna got.100g (1), bitka wieprzowa gotowa 100g w sosie koperkowym 100g (1), sałatka z buraczków i jabłek 130g, kompot z porzeczeki 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajek i koperku 100g (3), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 200ml</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), dżem wiśniowy 50g 2 sztuki, serek tartare 40g 2 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, papryka czerwona100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got.100g (1), kotlety smażone z kaszy jęczmiennej 300g(1,3), sałatka z buraczków z cebulką i olejem rzepakowym 130g, kompot z porzeczeki 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z groszku zielonego, jajek i majonezu100g (3,10), B/M- pasta z jajek i koperku 100g (3), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 200ml</p>
--	---

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 19.02.2024 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]	2235.2	Wartość energetyczna [kcal]	2056.6
Wartość energetyczna [kJ]	9358.5	Wartość energetyczna [kJ]	8627.9
Białko [g]	88.4	Białko [g]	83.5
Tłuszcz [g]	104.2	Tłuszcz [g]	81.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.6
Węglowodany ogółem [g]	246.6	Węglowodany ogółem [g]	324.35
Cukry [g]	57.2	Cukry [g]	95.72
Błonnik pokarmowy [g]	21.77	Błonnik pokarmowy [g]	13.75
Sól [g]	4.83	Sól [g]	3.22
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2186.9	Wartość energetyczna [kcal]	2284
Wartość energetyczna [kJ]	9151.9	Wartość energetyczna [kJ]	9578.9
Białko [g]	82.4	Białko [g]	111
Tłuszcz [g]	105.6	Tłuszcz [g]	93.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	49.3
Węglowodany ogółem [g]	35.6	Węglowodany ogółem [g]	261.67
Cukry [g]	237.1	Cukry [g]	54.54
Błonnik pokarmowy [g]	49.38	Błonnik pokarmowy [g]	23
Sól [g]	20.97	Sól [g]	3.81
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]	1968.1	Wartość energetyczna [kcal]	2021.5
Wartość energetyczna [kJ]	8256.2	Wartość energetyczna [kJ]	8488.3
Białko [g]	79.2	Białko [g]	72.2
Tłuszcz [g]	79.2	Tłuszcz [g]	73.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.8
Węglowodany ogółem [g]	243.94	Węglowodany ogółem [g]	278.22
Cukry [g]	46.6	Cukry [g]	54.06
Błonnik pokarmowy [g]	18.87	Błonnik pokarmowy [g]	22.25
Sól [g]	3.12	Sól [g]	2.88
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2367.2
		Wartość energetyczna [kJ]	9948.1
		Białko [g]	63.9
		Tłuszcz [g]	78.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.2
		Węglowodany ogółem [g]	363.96
		Cukry [g]	90.01
		Błonnik pokarmowy [g]	19.89
		Sól [g]	6.22

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 SO₂ 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.