

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), pomidor 100g,

Obiad: zupa grochowa z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 100g (1,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g, mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasztet pieczony 60g (6), sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt owocowy bez cukru 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), pomidor 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 b/c (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasztet pieczony 60g (6), sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja CUKRZ: pieczywo żytnio-pszenne 25g (1), chleb graham 25g (1), serek fromage 40g ½ szt., sałata 30g 3 listki, 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 jarzynowa 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 b/c (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasztet pieczony 60g (6), sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja WĄTR- CUKRZ: pieczywo żytnio-pszenne 25g (1), chleb graham 25g (1), serek fromage 40g ½ szt., sałata 30g 3 listki, 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 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (1,7), pomidor 100g

Obiad: zupa jarzynowa 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: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g (6), pasztet pieczony 60g (6), sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt owocowy bez cukru 150g (7)

DIETA BOGATOBIALKOWA [9] (WYSOKOBIALKOWA)

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 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (1,7), pomidor 100g

Obiad: zupa jarzynowa 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: banan 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g (6), pasztet pieczony 100g (6), sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt owocowy bez cukru 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 jarzynowa z makaronem 400g bez zabielenia (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: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g (6), pasztet pieczony 60g (6), sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: mus brzoskwiinowy 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), pomidor 100g,

Obiad: zupa jarzynowa z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 100g (1,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g, mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: jabłko 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 strzępiasta 30g 3 listki, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt owocowy bez cukru 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 23.02.2024 r.

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]	2406.1	Wartość energetyczna [kcal]	2468.7
Wartość energetyczna [kJ]	10089.8	Wartość energetyczna [kJ]	10352.1
Białko [g]	90.5	Białko [g]	88.5
Tłuszcz [g]	97.4	Tłuszcz [g]	102.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	52.4
Węglowodany ogółem [g]	305.98	Węglowodany ogółem [g]	308.47
Cukry [g]	55.31	Cukry [g]	61.43
Błonnik pokarmowy [g]	28.69	Błonnik pokarmowy [g]	22.88
Sól [g]	4.77	Sól [g]	3.54
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2294.6	Wartość energetyczna [kcal]	2880.1
Wartość energetyczna [kJ]	9630.9	Wartość energetyczna [kJ]	12070.8
Białko [g]	100.2	Białko [g]	110.9
Tłuszcz [g]	87.2	Tłuszcz [g]	125.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	69.7
Węglowodany ogółem [g]	289.3	Węglowodany ogółem [g]	338.77
Cukry [g]	42.62	Cukry [g]	65.05
Błonnik pokarmowy [g]	24.54	Błonnik pokarmowy [g]	25.34
Sól [g]	5	Sól [g]	4.88
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]	2216.1	Wartość energetyczna [kcal]	2417.7
Wartość energetyczna [kJ]	9289	Wartość energetyczna [kJ]	10137.3
Białko [g]	83.5	Białko [g]	72
Tłuszcz [g]	95.1	Tłuszcz [g]	101.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	56.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	54.3
Węglowodany ogółem [g]	267.2	Węglowodany ogółem [g]	315.52
Cukry [g]	38.24	Cukry [g]	53.35
Błonnik pokarmowy [g]	21.61	Błonnik pokarmowy [g]	22.7
Sól [g]	4.09	Sól [g]	3.33
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2355.7
		Wartość energetyczna [kJ]	9889.1
		Białko [g]	95.1
		Tłuszcz [g]	87.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.1
		Węglowodany ogółem [g]	309.83
		Cukry [g]	61.79
		Błonnik pokarmowy [g]	26.56
		Sól [g]	3.45

--	--

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 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.