

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.02.2025r. (środa)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt,1jęcz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., ogórek zielony 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka podsmażane 100g, surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130g, kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt,1jęcz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), pasta z wędliny indyk i jajka 100g (3,10), rukola 30g, herbata malinowa 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150g (7)</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 kukurydziana na mleku 400ml (7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, sos koperkowy 100g (1psz), buraczki tarte na ciepło 130g (1psz), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z wędliny indyk i jajka 100g (3), rukola 30g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150g (7)</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt,1jęcz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt (7), ogórek zielony 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, sos koperkowy 100g (1psz), surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130g kompot z aronii b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt,1jęcz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), pasta z wędliny indyk i jajka 100g (3,10), rukola 30g, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt,1jęcz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), serek deliser 34g 2 szt. (7), rukola 30g, herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica sopocka wieprzowa 100g (6), miód naturalny 25g 1 szt., pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 200g, sos koperkowy 100g (1psz), buraczki tarte na ciepło 130g (1psz), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z wędliny indyk i jajka 150g (3), rukola 30g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150g (7)</p>
<p><b>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/ DIETA OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt,1jęcz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz),polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt (7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, sos koperkowy 100g (1psz), buraczki tarte na ciepło 130g (1psz), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt,1jęcz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), pasta z wędliny indyk i jajka 100g (3), rukola 30g, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt,1jęcz), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1jęcz), serek deliser 34g 2 szt. (7), rukola 30g, herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na wodzie 400ml(), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt. pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> Rosół z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, sos koperkowy 100g (1psz), buraczki tarte na ciepło 130g (1psz), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z wędliny indyk i jajka 100g (3), rukola 30g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus owocowy 100ml</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt,1jęcz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), serek wiejski 200g 1 szt (7), miód naturalny 25g 1 szt. ogórek zielony 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> Rosół warzywny z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki 250g, kotlet z kaszy jęczmiennej 100 (1,3), surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130g, kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt,1jęcz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), pasta z jajka z majonezem i szczypiorkiem 100g (3,10), rukola 30g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150g (7)</p>

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2232.6	Wartość energetyczna [kcal]	1996.4
Wartość energetyczna [kJ]	9386.8	Wartość energetyczna [kJ]	8398.7
Białko [g]	94.5	Białko [g]	83.1
Tłuszcz [g]	71.7	Tłuszcz [g]	60.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.4
Węglowodany ogółem [g]	314.34	Węglowodany ogółem [g]	289.76
Cukry [g]	77.88	Cukry [g]	81.79
Błonnik pokarmowy [g]	24.26	Błonnik pokarmowy [g]	20.36
Sól [g]	5.01	Sól [g]	3.77
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2325.1	Wartość energetyczna [kcal]	2192.8
Wartość energetyczna [kJ]	9776.3	Wartość energetyczna [kJ]	9218.1
Białko [g]	100.9	Białko [g]	102.3
Tłuszcz [g]	75.4	Tłuszcz [g]	73.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.7
Węglowodany ogółem [g]	321.75	Węglowodany ogółem [g]	291.47
Cukry [g]	81.89	Cukry [g]	82.1
Błonnik pokarmowy [g]	22.61	Błonnik pokarmowy [g]	20.36
Sól [g]	5.2	Sól [g]	5.25
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]	2220	Wartość energetyczna [kcal]	2021.4
Wartość energetyczna [kJ]	9330.1	Wartość energetyczna [kJ]	8502.3
Białko [g]	92.2	Białko [g]	79.5
Tłuszcz [g]	77.1	Tłuszcz [g]	62.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.9
Węglowodany ogółem [g]	298.04	Węglowodany ogółem [g]	297.22
Cukry [g]	76.96	Cukry [g]	74.33
Błonnik pokarmowy [g]	17.52	Błonnik pokarmowy [g]	22.38
Sól [g]	5.17	Sól [g]	3.61
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2355.2
		Wartość energetyczna [kJ]	9911.1
		Białko [g]	97.4
		Tłuszcz [g]	66.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.7
		Węglowodany ogółem [g]	356.4
		Cukry [g]	81.63
		Błonnik pokarmowy [g]	30.55
		Sól [g]	2.47

--	--

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. Zboża zawierające gluten:
  - 1psz – zboża zawierające gluten pszenney,
  - 1żyt – zboża zawierające gluten żytni
  - 1ow – zboża zawierające gluten owsiany
  - 1jęcz – zboża zawierające gluten jęczmienny
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 zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia