

<p>DIETA PODSTAWOWA[1] Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka z kurcząt 60g(6), serek deliser 1 szt. (7), 17g,herbata czarna 220ml, papryka czerwona100g Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, smażona pierś z kurczaka 100g (1psz), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, kukurydzą i olejem rzepakowym 130g, kompot z jabłek 220ml Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasta z twarogu i rzodkiewki 100g (7), sałata 30g, herbata malinowa 220ml Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3] Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z kurcząt 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, pierś z kurczaka got. 100g, sos pietruszkowy 100g (1psz), fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot z jabłek 220ml Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z sera białego z pietruszką 100g (7), sałata 30g, herbata malinowa 220ml Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6] Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka z kurcząt 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, papryka czerwona 100g Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka got. 100g, sos pietruszkowy 100g (1psz), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, kukurydzą i olejem rzepakowym 130g, kompot z jabłek b/c 220ml Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasta z twarogu i rzodkiewki 100g (7), sałata 30g, herbata malinowa b/c 220ml, II Kolacja: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), sałata 30g, herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9] Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z kurcząt 100g(6), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, pierś z kurczaka got. 200g, sos pietruszkowy 100g (1psz), fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot z jabłek 220ml Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z sera białego z pietruszką 150g (7), sałata 30g, herbata malinowa 220ml Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6] Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka z kurcząt 60g(6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, pierś z kurczaka got. 100g., sos pietruszkowy 100g (1psz), fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot z jabłek b/c 220ml Podwieczorek: mus owocowy 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasta z twarogu z pietruszką 100g (7), sałata 30g, herbata malinowa b/c 220ml, II Kolacja: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz) polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), sałata 30g, herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML] Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie 400ml, margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z kurcząt 60g(6), dżem wiśniowy 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, pierś z kurczaka got. 100g., sos pietruszkowy 100g (1psz), fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot z jabłek 220ml Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), sałata 30g, herbata malinowa 220ml Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 200ml</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE] Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), konserwa rybna śledź w pomidorach 170g (1psz,3,4,6,7,9,10), herbata czarna 220ml, papryka 100g Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, sos pietruszkowy z ciecierzycą 200g (1psz), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, kukurydzą i olejem rzepakowym 130g, kompot jabłkowy 220ml Podwieczorek: banan 1 szt./ ok. 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz),pasta z twarogu i rzodkiewki 100g (7), sałata 30g, herbata malinowa 220ml, Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 04.02.2025r.

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]	2065.1	Wartość energetyczna [kcal]	2026.3
Wartość energetyczna [kJ]	8687.7	Wartość energetyczna [kJ]	8502.9
Białko [g]	80	Białko [g]	69.3
Tłuszcz [g]	63.5	Tłuszcz [g]	80.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1
Węglowodany ogółem [g]	303.07	Węglowodany ogółem [g]	265.02
Cukry [g]	77.4	Cukry [g]	50.4
Błonnik pokarmowy [g]	19.51	Błonnik pokarmowy [g]	17.38
Sól [g]	2.88	Sól [g]	5.46
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2004.5	Wartość energetyczna [kcal]	2319.6
Wartość energetyczna [kJ]	8421.8	Wartość energetyczna [kJ]	9769.1
Białko [g]	92.2	Białko [g]	111.2
Tłuszcz [g]	70.3	Tłuszcz [g]	66.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.5
Węglowodany ogółem [g]	260.43	Węglowodany ogółem [g]	326.82
Cukry [g]	38.32	Cukry [g]	97.28
Błonnik pokarmowy [g]	19.44	Błonnik pokarmowy [g]	13.75
Sól [g]	3.21	Sól [g]	4.14
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]	2011.7	Wartość energetyczna [kcal]	2010.9
Wartość energetyczna [kJ]	8459.4	Wartość energetyczna [kJ]	8476.5
Białko [g]	97.1	Białko [g]	71.1
Tłuszcz [g]	66.1	Tłuszcz [g]	50.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.3
Węglowodany ogółem [g]	265	Węglowodany ogółem [g]	324.65
Cukry [g]	59.16	Cukry [g]	91.54
Błonnik pokarmowy [g]	15.91	Błonnik pokarmowy [g]	13.75
Sól [g]	2.46	Sól [g]	2.81
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2026.6
		Wartość energetyczna [kJ]	8521.1
		Białko [g]	58.5
		Tłuszcz [g]	66.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.6
		Węglowodany ogółem [g]	306.78
		Cukry [g]	84.58
		Błonnik pokarmowy [g]	14.68
		Sól [g]	4.67

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 Żywienia