

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka gotowana wieprzowa 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7),

herbata poziomkowa 220ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami (1psz,7,9), makaron mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6,9), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

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 gotowana wieprzowa 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami (1psz,7,9), makaron (pełnoziarnisty) mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) b/c 220ml

Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6,9), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

II Kolacja: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 5g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek tartare ziołowy 20g (7), sałata strzypiasta 30g, herbata czarna b/c 220ml

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 gotowana wieprzowa 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, sałata strzypiasta 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1psz,7,9), makaron mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) b/c 220ml

Podwieczorek: Mus owocowy 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6,9), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

II Kolacja: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek tartare ziołowy 20g (7), sałata strzypiasta 30g, herbata czarna b/c 220ml

DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka gotowana wieprzowa 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzypiasta 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1psz,7,9),makaron mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6,9), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka gotowana wieprzowa 100g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzypiasta 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1psz,7,9), makaron mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica miodowa drobiowa 100g (6,9), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: ryż na wodzie 400ml() margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka gotowana wieprzowa 80g (1psz,10), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzypiasta 30g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami bez zabielenia (1psz,9), makaron mięsno (wieprzowe) - warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6,9), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: ryż 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,4,6,7,9,10), herbata poziomkowa 220ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami (1psz,7,9), makaron warzywny (seler, marchew, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9) mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), twaróg półtłusty 80g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

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]	2096.8	Wartość energetyczna [kcal]	2092.9
Wartość energetyczna [kJ]	8816	Wartość energetyczna [kJ]	8799.3
Białko [g]	69.4	Białko [g]	69
Tłuszcz [g]	67.9	Tłuszcz [g]	67.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.3
Węglowodany ogółem [g]	312.75	Węglowodany ogółem [g]	311.97
Cukry [g]	91.73	Cukry [g]	91.28
Błonnik pokarmowy [g]	21.53	Błonnik pokarmowy [g]	21.27
Sól [g]	4.94	Sól [g]	3.23
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1893.7	Wartość energetyczna [kcal]	2195.5
Wartość energetyczna [kJ]	7954.1	Wartość energetyczna [kJ]	9223.4
Białko [g]	74.1	Białko [g]	84.6
Tłuszcz [g]	67.2	Tłuszcz [g]	77.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.4
Węglowodany ogółem [g]	258.18	Węglowodany ogółem [g]	300.39
Cukry [g]	45.94	Cukry [g]	79.07
Błonnik pokarmowy [g]	20.33	Błonnik pokarmowy [g]	21.27
Sól [g]	5.19	Sól [g]	4.13
DIETA 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]	1887.7	Wartość energetyczna [kcal]	1996.3
Wartość energetyczna [kJ]	7928.8	Wartość energetyczna [kJ]	8396.2
Białko [g]	73.6	Białko [g]	64
Tłuszcz [g]	67.1	Tłuszcz [g]	62.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.3
Węglowodany ogółem [g]	257.26	Węglowodany ogółem [g]	305.67
Cukry [g]	46.21	Cukry [g]	82.84
Błonnik pokarmowy [g]	20.26	Błonnik pokarmowy [g]	21.11
Sól [g]	4.61	Sól [g]	3.02
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2168
		Wartość energetyczna [kJ]	9114.4
		Białko [g]	81.7
		Tłuszcz [g]	71.4
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.1
		Węglowodany ogółem [g]	309.85
		Cukry [g]	91.32
		Błonnik pokarmowy [g]	20.76
		Sól [g]	4.51

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