

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka biała z indyka 60g (6,7), serek tartare ziołowy 15g 1 szt. (7), ogórek kiszony 100 g, herbata poziomkowa 220 ml
Obiad: zupa kapuśniak z ziemniakami 400g (9), makaron mięsno-warzywny w sosie pomidorowym (marchew, seler, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9), kompot wiśniowy 220ml,
Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), polędwica sopocka wieprzowa 60g(6), papryka 100g, herbata leśna 220ml,
Posilek dodatkowy: mus bananowy 100g

**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), chleb graham 50g(1), szynka biała z indyka 60g (6,7), serek tartare ziołowy 15g 1 szt. (7), ogórek kiszony 100 g, herbata poziomkowa b/c 220 ml,
Obiad: zupa kapuśniak z ziemniakami 400g (9), makaron pełnoziarnisty mięsno-warzywny w sosie pomidorowym (marchew, seler, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1,3,9), kompot wiśniowy b/c 220ml
Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), polędwica sopocka wieprzowa 60g(6), papryka 100g, herbata leśna b/c 220ml,
II Kolacja: pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka z kurcząt 40g (6), pomidor 50g, 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 biała z indyka 60g (6,7), serek tartare ziołowy 15g 1 szt. (7), sałata strzępiasta 30 g herbata poziomkowa b/c 220 ml
Obiad: zupa selerowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), makaron mięsno-warzywny w sosie pomidorowym (marchew, seler, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9), kompot wiśniowy b/c 220ml
Podwieczorek: mus owocowy 1 szt. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), polędwica sopocka wieprzowa 60g(6), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml
II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka z kurcząt 40g (6), pomidor 50g, 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: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka biała z indyka 60g (6,7), serek tartare ziołowy 15g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzępiasta 30 g
Obiad: zupa selerowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), makaron mięsno-warzywny w sosie pomidorowym (marchew, seler, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9), kompot wiśniowy 220ml,
Podwieczorek: jabłko 1 szt. / pl. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica sopocka wieprzowa 60g(6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,
Posilek dodatkowy: mus bananowy 100g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka biała z indyka 100g (6,7), serek tartare ziołowy 40g 2 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, sałata strzępiasta 30 g
Obiad: zupa selerowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), makaron mięsno-warzywny w sosie pomidorowym (marchew, seler, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9), kompot wiśniowy 220ml,
Podwieczorek: jabłko 1 szt. / pl. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica sopocka wieprzowa 60g(6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,
Posilek dodatkowy: mus bananowy 100g

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza manna na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220 ml, sałata strzępiasta 30 g
Obiad: zupa selerowa z ziemniakami 400g bez zabielenia (1psz,9), makaron mięsno-warzywny w sosie pomidorowym (marchew, seler, pietruszka, brokuł, cukinia) 300g (1psz,9), kompot wiśniowy 220ml,
Podwieczorek: jabłko 1 szt. / pl. 100g
Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica sopocka wieprzowa 60g(6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,
Posilek dodatkowy: mus bananowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek wiejski 200g 1 szt. (7), miód naturalny 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220 ml, sałata 30g
Obiad: zupa kapuśniak z ziemniakami 400g (9), makaron warzywny z fasolą białą w sosie pomidorowym 300g (1,3,9), kompot wiśniowy 220ml,
Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), konserwa rybna śledź w pomidorach 160g(1,3,4,6,7,9,10), papryka 100g, herbata leśna 220ml,
Posilek dodatkowy: mus bananowy 100g

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]	2052.5	Wartość energetyczna [kcal]	2025.5
Wartość energetyczna [kJ]	8652.3	Wartość energetyczna [kJ]	8560.1
Białko [g]	72.4	Białko [g]	71.8
Tłuszcz [g]	72.8	Tłuszcz [g]	78.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.4
Węglowodany ogółem [g]	281.1	Węglowodany ogółem [g]	274.2
Cukry [g]	53.2	Cukry [g]	51.17
Błonnik pokarmowy [g]	23.02	Błonnik pokarmowy [g]	21.82
Sól [g]	5.72	Sól [g]	5.01
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2001.1	Wartość energetyczna [kcal]	2332.8
Wartość energetyczna [kJ]	8352.2	Wartość energetyczna [kJ]	9985
Białko [g]	72.2	Białko [g]	92.3
Tłuszcz [g]	73.2	Tłuszcz [g]	10.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42.5
Węglowodany ogółem [g]	241.41	Węglowodany ogółem [g]	299.31
Cukry [g]	41.25	Cukry [g]	59.16
Błonnik pokarmowy [g]	23.31	Błonnik pokarmowy [g]	25.3
Sól [g]	5.25	Sól [g]	6.8
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]	2000.4	Wartość energetyczna [kcal]	2022.1
Wartość energetyczna [kJ]	8332.3	Wartość energetyczna [kJ]	8522.1
Białko [g]	69.2	Białko [g]	71.2
Tłuszcz [g]	80.9	Tłuszcz [g]	69.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.2
Węglowodany ogółem [g]	248.3	Węglowodany ogółem [g]	256.27
Cukry [g]	42.1	Cukry [g]	45.11
Błonnik pokarmowy [g]	20.18	Błonnik pokarmowy [g]	20.25
Sól [g]	4.1	Sól [g]	5.59
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2020.3
		Wartość energetyczna [kJ]	8866.4
		Białko [g]	62.2
		Tłuszcz [g]	81.31
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.61
		Węglowodany ogółem [g]	295.11
		Cukry [g]	54.58
		Błonnik pokarmowy [g]	21.34
		Sól [g]	3.89

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 pszenne,
 - 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