

**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), polędwica z kurcząt 60g (6) serek fromage 40g ½ szt.(7), herbata leśna 220ml, rzodkiewka 100g

**Obiad:** zupa wiejska z lanym ciastem 400ml (1psz,3,9), pieczeń wieprzowa w sosie własnym (100g mięso +100g sos) (1psz,6), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), (*ZOL kasza jęczmienna 200g (1jęcz)*) surówka z kapusty czerwonej i oleju rzep. 130g, kompot wiśniowy 220 ml

**Podwieczorek:** jabłko 1 szt. / ok. 100g

**Kolacja:** masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz),pasta z konserwy rybnej śledź, ryżu i warzyw po grecku 100g (4,9), roszponka 30g, herbata czarna 220 ml,

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny (7) 150g

**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), polędwica z kurcząt 60g (6), serek fromage 40g ½ szt.(7), herbata leśna b/c 220ml, rzodkiewka 100g

**Obiad:** zupa wiejska z lanym ciastem 400ml (1psz,3,9), pieczeń wieprzowa w sosie własnym (100g mięso +100g sos) (1psz), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), (*ZOL kasza jęczmienna 200g (1jęcz)*), surówka z kapusty czerwonej i oleju rzep. 130g, kompot wiśniowy b/c 220 ml

**Podwieczorek:** jabłko 1 szt. / ok. 100g

**Kolacja:** masło 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 100g(1jęcz), pasta z konserwy rybnej śledź, ryżu i warzyw po grecku 100g (4,9), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220 ml

**Kolacja II CUKRZ:** masło tł.82%5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz) pierś gotowana z indyka 40g, roszponka 30g, herbata czarna b/c 220 ml

**DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/  
DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH  
WĘGLOWODANÓW(WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]**

**Śniadanie:** masło tł. 82%15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, chleb graham 50g(1jęcz), polędwica z kurcząt 60g (6), serek fromage 40g ½ szt.(7), herbata leśna b/c 220ml, sałata 30g

**Obiad:** zupa wiejska z lanym ciastem 400ml (1psz,3,9), schab wieprzowy got. w sosie pietruszkowym (100g mięso +100g sos) (1psz), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), marchew kostka got. 130g (1psz,7), kompot wiśniowy b/c 220 ml

**Podwieczorek:** jabłko 1 szt. / ok. 100g

**Kolacja:** masło 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 100g(1jęcz), pasta z konserwy rybnej śledź, ryżu i warzyw po grecku 100g (4,9), roszponka 30g , herbata czarna b/c 220 ml

**Kolacja II WĄT-CUKRZ:**masło tł.82%5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), pierś gotowana z indyka 40g, roszponka 30g, herbata czarna b/c 220 ml

**DIETA ŁATWOSTRAWNA [2], DIETA 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), polędwica z kurcząt 60g (6), serek fromage 40g ½ szt.(7), herbata leśna 220ml, sałata 30g

**Obiad:** zupa wiejska z lanym ciastem 400ml (1psz,3,9), schab wieprzowy got. w sosie pietruszkowym (100g mięso +100g sos) (1psz), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), (*ZOL kasza jęczmienna 200g (1jęcz)*), marchew kostka got. 130g (1psz,7), kompot wiśniowy 220 ml

**Podwieczorek:** jabłko 1 szt. / ok. 100g

**Kolacja:** masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), pasta z konserwy rybnej śledź , ryżu i warzyw po grecku 100g (4,9), roszponka 30g , herbata czarna 220 ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny (7) 150g

**DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]**

**Śniadanie:** ryż na mleku 400ml (7) , masło tł.82%15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1psz,1żyt,6), polędwica z kurcząt 100g (6), serek fromage 40g ½ szt.(7), herbata leśna 220ml, sałata 30g

**Obiad:** zupa wiejska z lanym ciastem 400ml (1psz,3,9), schab wieprzowy got. w sosie pietruszkowym (200g mięsa +100g sos)(1psz), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), (*ZOL kasza jęczmienna 200g (1jęcz)*), marchew kostka got. 130g (1psz,7), kompot wiśniowy 220 ml

**Podwieczorek:** jabłko 1 szt. / ok. 100g

**Kolacja:** masło 82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1psz,1żyt,6), pasta z konserwy rybnej śledź, ryżu i warzyw po grecku 100g (4,9), roszponka 30g , herbata czarna 220 ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g

**DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]**

**Śniadanie:** ryż na wodzie 400ml, margaryna roślinna 80% tł 10g , pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1psz,1żyt,6), polędwica z kurcząt 60g (6), dżem owocowy 25g 1 szt., herbata leśna 220ml, sałata 30g

**Obiad:** zupa wiejska z lanym ciastem 400ml (1psz,3,9), schab wieprzowy got. w sosie pietruszkowym (100g mięso +100g sos) (1psz), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), (*ZOL kasza jęczmienna 200g (1jęcz)*) marchew kostka got. 130g (1psz), kompot wiśniowy 220 ml

**Podwieczorek:** jabłko 1 szt. / ok. 100g

**Kolacja:** margaryna roślinna 80% tł 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1psz,1żyt,6), pasta z konserwy rybnej śledź, ryżu i warzyw po grecku 100g (4,9), roszponka 30g , herbata czarna 220 ml

**Posilek dodatkowy:** mus owocowy 100g

**DIETA WEGETARIAŃSKA[1/WE]**

**Śniadanie:** ryż na mleku 400ml (7), masło82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek topiony 80g (7), dżem truskawkowy 25g 1szt., herbata leśna 220ml, rzodkiewka 100g

**Obiad:** zupa wiejska z lanym ciastem 400ml (1psz,3,9), kasza jęczmienna got. 200g (1jęcz), sos pietruszkowy z czerwoną fasolą 200g (1psz), surówka z kapusty czerwonej i oleju rzep. 130g, kompot wiśniowy 220 ml

**Podwieczorek:** jabłko 1 szt. / ok. 100g

**Kolacja:** masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz),pasta z konserwy rybnej śledź, ryżu i warzyw po grecku 100g (4,9), roszponka 30g ,herbata czarna 220 ml,

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g

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]	2313.5	Wartość energetyczna [kcal]	2343.1
Wartość energetyczna [kJ]	9700.2	Wartość energetyczna [kJ]	9818.1
Białko [g]	79.1	Białko [g]	77.2
Tłuszcz [g]	96	Tłuszcz [g]	103
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	52.9
Węglowodany ogółem [g]	295.37	Węglowodany ogółem [g]	288.07
Cukry [g]	43.41	Cukry [g]	42.2
Błonnik pokarmowy [g]	24.57	Błonnik pokarmowy [g]	22.9
Sól [g]	2.14	Sól [g]	2.38
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2053.6	Wartość energetyczna [kcal]	2375.6
Wartość energetyczna [kJ]	8604.3	Wartość energetyczna [kJ]	9972.4
Białko [g]	70.1	Białko [g]	103.3
Tłuszcz [g]	91.6	Tłuszcz [g]	91.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	50.4
Węglowodany ogółem [g]	246.1	Węglowodany ogółem [g]	295.35
Cukry [g]	29.7	Cukry [g]	43.24
Błonnik pokarmowy [g]	18.22	Błonnik pokarmowy [g]	19.96
Sól [g]	2.4	Sól [g]	5.82
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2149.5	Wartość energetyczna [kcal]	1950.7
Wartość energetyczna [kJ]	9015.7	Wartość energetyczna [kJ]	8204.4
Białko [g]	77.3	Białko [g]	65.6
Tłuszcz [g]	90.1	Tłuszcz [g]	62.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	264.35	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.3
Węglowodany ogółem [g]	26.72	Węglowodany ogółem [g]	290.08
Cukry [g]	14.42	Cukry [g]	38.22
Błonnik pokarmowy [g]	2.43	Błonnik pokarmowy [g]	16.39
Sól [g]	2.66	Sól [g]	1.55
		DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2268.1
		Wartość energetyczna [kJ]	9512.9
		Białko [g]	76.6
		Tłuszcz [g]	91.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	52.1
		Węglowodany ogółem [g]	295.47
		Cukry [g]	52.52
		Błonnik pokarmowy [g]	23.77
		Sól [g]	4.42

--	--

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*