

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.02.2025 (sobota)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1jęcz), polędwica z kurcząt 60g(6), miód naturalny 25g, herbata truskawkowa 220ml, ogórek kiszony100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto warzywne z mięsem wieprzowym 300g (9), sos pomidorowy 100 g (1psz), kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: drożdżówka ok 100g (1psz,3,7)</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1jęcz), pasztet drobiowy 80g (1psz,3,7,9,10,11), pomidor 100g, herbata porzeczkowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: mus jabłkowo-brzoskwiniowy 100g</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żył,6) polędwica z kurcząt 60g(6), miód naturalny 25g, herbata truskawkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto warzywne z mięsem wieprzowym 300g (9), sos pomidorowy 100 g (1), kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek:drożdżówka ok 100g (1,3,7)</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g(1psz,1żył,6), pasztet drobiowy 80g (1psz,3,7,9,10,11), pomidor 100g, herbata porzeczkowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: mus jabłkowo-brzoskwiniowy 100g</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1jęcz), polędwica z kurcząt 60g(6), serek tartare 20g (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, ogórek kiszony 100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto warzywne z mięsem wieprzowym 300g (9), sos pomidorowy 100 g (1psz), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt/ ok 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1jęcz), pasztet drobiowy 80g (1psz,3,7,9,10,11), pomidor 100g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1jęcz), serek deliser 17g (7), pomidor 50g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żył,6) polędwica z kurcząt 100g(6), serek tartare 20g (7), herbata truskawkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto warzywne z mięsem wieprzowym 400g (9), sos pomidorowy 100 g (1), kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: drożdżówka ok 100g (1,3,7)</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żył,6), pasztet drobiowy 80g (1psz,3,7,9,10,11), pomidor 100g, herbata porzeczkowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir 100g</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1jęcz), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żył,6), polędwica z kurcząt 60g(6), miód naturalny 25g, herbata truskawkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki,</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1psz,9), risotto warzywne z mięsem wieprzowym 300g (9), sos pomidorowy 100 g (1), kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: drożdżówka ok 100g (1,3,7)</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g(1psz,1żył,6), pasztet drobiowy 80g (1psz,3,9,10,11), pomidor 100g, herbata poziomkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: mus jabłkowo-brzoskwiniowy 100g</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)/DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1jęcz),polędwica z kurcząt 60g(6), serek tartare 20g (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto warzywne z mięsem wieprzowym 300g (9), sos pomidorowy 100 g (1psz), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1jęcz), pasztet drobiowy 80g (1psz,3,7,9,10,11), pomidor 100g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1jęcz), serek deliser 17g (7), pomidor 50g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]</p> <p>Śniadanie:płatki jęczmienne na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g (7)pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1jęcz),serek wiejski 200g (7), miód naturalny 25g, herbata truskawkowa 220ml, ogórek kiszony100g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto warzywne 300g (9), sos pomidorowy 100 g (1), kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: drożdżówka ok 100g (1,3,7)</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1jęcz), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), serek deliser 17g (7), papryka 100g, herbata poziomkowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: mus jabłkowo-brzoskwiniowy 100g</p>

LEGENDA: NAZWA NUMERACJI ALERGENÓW W ODDZIAŁACH (KĄCIKI ŻYWIENIOWE)
JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE. PRZEPRASZAMY.

Opracował Dietetyk i Inspektor Działu Żywnienia data opracowania 16.01.2025 r.

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 22.02.2024 r.

DIETA PODSTAWOWA [1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2314.5	Wartość energetyczna [kcal]	2422.2
Wartość energetyczna [kJ]	9704.6	Wartość energetyczna [kJ]	10152.3
Białko [g]	73.2	Białko [g]	91.1
Tłuszcz [g]	97.2	Tłuszcz [g]	105.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.7
Węglowodany ogółem [g]	297.44	Węglowodany ogółem [g]	288.31
Cukry [g]	56.17	Cukry [g]	59.58
Błonnik pokarmowy [g]	21.58	Błonnik pokarmowy [g]	21.13
Sól [g]	5.23	Sól [g]	3.72
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIĄŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2355.4	Wartość energetyczna [kcal]	2591.1
Wartość energetyczna [kJ]	9863.6	Wartość energetyczna [kJ]	10850.7
Białko [g]	93.8	Białko [g]	107.6
Tłuszcz [g]	110.7	Tłuszcz [g]	121
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42
Cukry [g]	254.74	Węglowodany ogółem [g]	277.76
Błonnik pokarmowy [g]	49.61	Cukry [g]	55.55
Sól [g]	17.59	Błonnik pokarmowy [g]	20.17
Wartość energetyczna [kcal]	5.35	Sól [g]	3.96
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]	2238.6	Wartość energetyczna [kcal]	2223.9
Wartość energetyczna [kJ]	9369.4	Wartość energetyczna [kJ]	9329.5
Białko [g]	91.1	Białko [g]	73
Tłuszcz [g]	109.2	Tłuszcz [g]	89
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.2
Węglowodany ogółem [g]	231.17	Węglowodany ogółem [g]	293.16
Cukry [g]	38.16	Cukry [g]	49.53
Błonnik pokarmowy [g]	16.79	Błonnik pokarmowy [g]	21.4
Sól [g]	3.79	Sól [g]	2.85
		DIETA WEGETARIANSKA [WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2431.3
		Wartość energetyczna [kJ]	10192.7
		Białko [g]	87.1
		Tłuszcz [g]	103.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.8
		Węglowodany ogółem [g]	297.86
		Cukry [g]	55.93
		Błonnik pokarmowy [g]	21.58
		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 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 Żywienia