

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka z indyka 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, papryka czerwona100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza jęczmienna got.100g (1jęcz), <i>(ZOL + Pediatryczny ziemniaki 250g)</i> bitka wieprzowa duszona w sosie własnym 200g (mięso 100g + sos 100g) (1psz), sałatka z buraczków z cebulką i olejem rzepakowym 130g, kompot porzeczeki 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasta z groszku zielonego, jajek i majonezu 100g (3,10), herbata czarna 220ml, pomidor 100g,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka z indyka 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, papryka czerwona100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), <i>(ZOL + Pediatryczny ziemniaki 250g)</i> kasza jęczmienna got.100g (1jęcz), bitka wieprzowa gotowa 100g w sosie koperkowym 100g (1psz,1żyt,6), sałatka z buraczków z cebulką i olejem rzepakowym 130g, kompot porzeczeki b/c 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> pasta z groszku zielonego, jajek i majonezu 100g (3,10), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g,</p> <p><b>II Kolacja :</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka biała z indyka (6,7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )(DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka z indyka 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g, 3 listki</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kasza jęczmienna got.100g (1psz,1żyt,6), bitka wieprzowa gotowa 100g w sosie koperkowym 100g (1jęcz), sałatka z buraczków got. tartych na zimno 130g, kompot porzeczeki b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus owocowy 1 szt. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz) pasta z jajek i koperku 100g (3), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g.</p> <p><b>II Kolacja :</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka biała z indyka (6,7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g, 3 listki</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,,7,9), <i>(ZOL + Pediatryczny ziemniaki 250g)</i> kasza jęczmienna got.100g (1jęcz), bitka wieprzowa gotowa 100g w sosie koperkowym 100g (1psz,1żyt,6), sałatka z buraczków got. tartych na zimno 130g, kompot z porzeczeki 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus owocowy 1 szt. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z jajek i koperku 100g (3), herbata czarna 220ml, pomidor 100g.</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 100g (6), serek tartare 40g 2 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml,sałata strzępiasta 30g, 3 listki</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,,7,9), kasza jęczmienna got.100g (1jęcz), <i>(ZOL + Pediatryczny ziemniaki 250g)</i> bitka wieprzowa gotowana 200g w sosie koperkowym 100g (1psz,1żyt,6), sałatka z buraczków got. tartych na zimno 130g, kompot z porzeczeki 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus owocowy 1 szt. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z jajek i koperku 150g (3), herbata czarna 220ml, pomidor 100g,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na wodzie 400ml(low) margaryna roślinna 80% tł 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 80g(6), herbata truskawkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g, 3 listki</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z ziemniakami 400g niezabieleną (1psz,9), kasza jęczmienna got.100g (1jęcz), <i>(ZOL + Pediatryczny ziemniaki 250g)</i> bitka wieprzowa gotowa 100g w sosie koperkowym 100g (1psz,1żyt,6), sałatka z buraczków got. tartych na zimno 130g, kompot z porzeczeki 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus owocowy 1 szt. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z jajek i koperku 100g (3), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek wieloowocowy 200ml</p> <p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [ 1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), dżem wiśniowy 50g 2 sztuki, serek tartare 40g 2 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, papryka czerwona100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1psz,,7,9), kasza jęczmienna got.100g (1jęcz), kotlety smażone z kaszy jęczmiennej 300g(1,3), sałatka z buraczków z cebulką i olejem rzepakowym 130g, kompot z porzeczeki 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasta z groszkuzielonego, jajek i majonezu 100g (3,10), herbata czarna 220ml,pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p>
---	--

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 03.02.2025r.

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]	2235.2	Wartość energetyczna [kcal]	2056.6
Wartość energetyczna [kJ]	9358.5	Wartość energetyczna [kJ]	8627.9
Białko [g]	88.4	Białko [g]	83.5
Tłuszcz [g]	104.2	Tłuszcz [g]	81.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.6
Węglowodany ogółem [g]	246.6	Węglowodany ogółem [g]	324.35
Cukry [g]	57.2	Cukry [g]	95.72
Błonnik pokarmowy [g]	21.77	Błonnik pokarmowy [g]	13.75
Sól [g]	4.83	Sól [g]	3.22
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2186.9	Wartość energetyczna [kcal]	2284
Wartość energetyczna [kJ]	9151.9	Wartość energetyczna [kJ]	9578.9
Białko [g]	82.4	Białko [g]	111
Tłuszcz [g]	105.6	Tłuszcz [g]	93.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	49.3
Węglowodany ogółem [g]	35.6	Węglowodany ogółem [g]	261.67
Cukry [g]	237.1	Cukry [g]	54.54
Błonnik pokarmowy [g]	49.38	Błonnik pokarmowy [g]	23
Sól [g]	20.97	Sól [g]	3.81
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]	1968.1	Wartość energetyczna [kcal]	2021.5
Wartość energetyczna [kJ]	8256.2	Wartość energetyczna [kJ]	8488.3
Białko [g]	79.2	Białko [g]	72.2
Tłuszcz [g]	79.2	Tłuszcz [g]	73.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.8
Węglowodany ogółem [g]	243.94	Węglowodany ogółem [g]	278.22
Cukry [g]	46.6	Cukry [g]	54.06
Błonnik pokarmowy [g]	18.87	Błonnik pokarmowy [g]	22.25
Sól [g]	3.12	Sól [g]	2.88
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2367.2
		Wartość energetyczna [kJ]	9948.1
		Białko [g]	63.9
		Tłuszcz [g]	78.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.2
		Węglowodany ogółem [g]	363.96
		Cukry [g]	90.01
		Błonnik pokarmowy [g]	19.89
		Sól [g]	6.22

--	--

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*