

<p>DIETA PODSTAWOWA[1] Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1ow,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1 jęcz), serek wiejski 200g (7), miód naturalny 1 szt., herbata poziomkowa 220ml, papryka 100g Obiad: zupa z soczewicy z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 100g (1psz,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowy 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1 jęcz), jajko got. 50g 1 szt. (3), serek tartare 20g (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Posilek dodatkowy: jogurt malinowy b/c (7) 150g</p> <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6] Śniadanie: masło tł. 82%15g (7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1 jęcz),serek wiejski 200g (7), herbata poziomkowa 220ml, papryka 100g Obiad: zupa z soczewicy z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz got. 100g(4), sos pietruszkowy 100g (1psz), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowy 130g, mieszanka kompo- towa b/c (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1 jęcz), jajko got. 50 g 1 szt. (3), serek tartare 20g (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g Kolacja II: masło tł.82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żył), chleb graham 25g (1psz,1żył,1 jęcz), kefir naturalny 150g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220 ml</p> <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6] Śniadanie: masło tł. 82%15g (7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1 jęcz), serek wiejski 200g 1 op. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml (7), sałata strzępiasta 30g Obiad: zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz got. 100g(4), sos pietruszkowy 100g (1psz), marchew z selerem tarta sparzona z jogurtem naturalnym 130g (7,9), mie- szanka kompotowa b/c (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1 jęcz), jajko got. 50g 1 szt. (3), serek tartare 20g (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g Kolacja II: masło tł.82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żył), chleb graham 25g (1psz,1żył, jęcz), kefir naturalny 150g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220 ml</p>	<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA [2], DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZA- JĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4] ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3] Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1ow ,7), masło tł.82%15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocław- ski)100g (1psz,1żył,6), serek wiejski 200g 1 op. (7), miód naturalny 25g 1 op., herbata poziomkowa 220ml, sa- łata strzępiasta 30g Obiad: zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz got. 100g (4), sos pie- truszkowy 100g (1psz), marchew z selerem tarta sparzona z jogurtem naturalnym 130g (7,9), mieszanka kom- potowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żył,6), jajko got. 1 szt. 50g (3), serek tartare 20g (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Posilek dodatkowy: jogurt malinowy b/c (7) 150g</p> <p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9] Śniadanie:płatki owsiane na mleku 400ml (1ow,7) , masło tł.82%15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocław- ski)100g (1psz,1żył,6), serek wiejski 200g 1 op. (7), miód naturalny 25g 1 op., herbata poziomkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g Obiad: zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz got. 200g (4), sos pie- truszkowy 100g (1psz), marchew z selerem tarta sparzona z jogurtem naturalnym 130g (7,9), mieszanka kom- potowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło 82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1psz,1żył,6), jajko got. 1 szt. 50g (3), serek tartare 20g (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Posilek dodatkowy: jogurt malinowy b/c (7) 150g</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML] Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml (1ow), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1psz,1żył,6), jajko gotowane 2 szt 100g (3), herbata poziomka 220ml, sałata 30g Obiad: zupa koperkowa z makaronem bez zabielenia 400g (1psz,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz got. 100g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), marchew z selerem tarta sparzona z olejem rzepakowym 130g (9), mieszan- ka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1psz,1żył,6), jajko got. 2 szt. 100g (3), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Posilek dodatkowy: mus brzozkwininowy 100g</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA[1/WE] Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1ow ,7), masło82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1 jęcz), serek wiejski 200g (7), herbata poziomka 220ml, papryka 100g Obiad: zupa z soczewicy z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 100g (1psz, 3, 4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowy 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żył), chleb graham 50g (1psz,1żył,1 jęcz), jaj- ko got. 1 szt. (3), serek tartare 20g (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Posilek dodatkowy: jogurt malinowy b/c (7) 150g</p>
---	--

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]	2176.5	Wartość energetyczna [kcal]	2234.9
Wartość energetyczna [kJ]	9157.4	Wartość energetyczna [kJ]	9400.8
Białko [g]	104.7	Białko [g]	99.5
Tłuszcz [g]	66.4	Tłuszcz [g]	72.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.2
Węglowodany ogółem [g]	299.81	Węglowodany ogółem [g]	303.73
Cukry [g]	57.94	Cukry [g]	50.89
Błonnik pokarmowy [g]	19.63	Błonnik pokarmowy [g]	14.4
Sól [g]	2.57	Sól [g]	1.98
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2323.2	Wartość energetyczna [kcal]	2464.6
Wartość energetyczna [kJ]	9764.6	Wartość energetyczna [kJ]	10362.5
Białko [g]	101.5	Białko [g]	109.8
Tłuszcz [g]	81.3	Tłuszcz [g]	81.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39
Węglowodany ogółem [g]	303.74	Węglowodany ogółem [g]	333.99
Cukry [g]	53.26	Cukry [g]	55.84
Błonnik pokarmowy [g]	15.05	Błonnik pokarmowy [g]	21.09
Sól [g]	2.61	Sól [g]	2.25
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]	1959.3	Wartość energetyczna [kcal]	2183.5
Wartość energetyczna [kJ]	8241.4	Wartość energetyczna [kJ]	9183.5
Białko [g]	98.2	Białko [g]	83.7
Tłuszcz [g]	59.4	Tłuszcz [g]	68.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.3
Węglowodany ogółem [g]	268.9	Węglowodany ogółem [g]	319.03
Cukry [g]	39.45	Cukry [g]	49.54
Błonnik pokarmowy [g]	22.38	Błonnik pokarmowy [g]	22.06
Sól [g]	3.27	Sól [g]	2.2
		DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2176.5
		Wartość energetyczna [kJ]	9157.4
		Białko [g]	104.7
		Tłuszcz [g]	66.4
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.3
		Węglowodany ogółem [g]	299.81
		Cukry [g]	57.94
		Błonnik pokarmowy [g]	19.63
		Sól [g]	2.57

--	--

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