

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.05.2025r. (środa)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1] Śniadanie: makaron na mleku 400ml (1psz,7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt, 1jęcz), masło tł.82% 15g(7), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, papryka 100g Obiad: zupa kapuśniak z ziemniakami 400g (9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL ziemniaki got. 250g)</i>, zraz wieprzowy duszony 100g (1psz,3) w sosie własnym 100g (1psz), mizeria ze śmietana 130g (7), 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, 1jęcz), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (1psz), pomidor 100g, herbata porzeczkowa 220ml Posilek dodatkowy: Mus marchewkowy 100g</p> <p>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, 1jęcz), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt (7), herbata czarna b/c 220 ml, papryka 100g Obiad: zupa kapuśniak z ziemniakami 400g (9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL ziemniaki got. 250g)</i>, pulpet wieprzowy gotowany 100g (1psz,3) w sosie koperkowym 100g (1psz), mizeria z jogurtem naturalnym 130g (7), 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, 1jęcz), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (1psz), sałata 30g, herbata porzeczkowa b/c 220ml II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 25g(1psz,1żyt, 1jęcz), szynka got. z indyka 40g (), pomidor 100g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</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 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt, 1jęcz), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt (7), herbata czarna b/c 220 ml, rozspanka 30g Obiad: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1psz,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL ziemniaki got. 250g)</i>, pulpet wieprzowy gotowany 100g (1psz,3) w sosie koperkowym 100g (1psz), marchew kostka gotowana 130g (1psz,7), kompot wiśniowy b/c 220ml Podwieczorek : jabłko 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt, 1jęcz), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (1psz), sałata 30g, herbata porzeczkowa b/c 220ml II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 25g(1psz,1żyt, 1jęcz), szynka got. z indyka 40g (), pomidor 100g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3] Śniadanie: makaron na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, rozspanka 30g Obiad: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1psz,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL ziemniaki got. 250g)</i>, pulpet wieprzowy gotowany (1psz,3) 100g w sosie koperkowym 100g (1psz), marchew kostka gotowana 130g (1psz,7), kompot wiśniowy 220ml Podwieczorek : jabłko 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (1psz), pomidor 100g, herbata porzeczkowa 220ml, Posilek dodatkowy: Mus marchewkowy 100g</p> <p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] Śniadanie: makaron na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica miodowa drobiowa 100g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, rozspanka 30g Obiad: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1psz,9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL ziemniaki got. 250g)</i>, pulpet wieprzowy gotowany 200g (1psz,3) w sosie koperkowym 100g (1psz), marchew kostka gotowana 130g (1psz,7), kompot wiśniowy 220ml Podwieczorek : jabłko 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (1psz), pomidor 100g, herbata porzeczkowa 220ml, Posilek dodatkowy: Mus marchewkowy 100g</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML] Śniadanie: makaron na wodzie 400ml (1psz), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, rozspanka 30g Obiad: zupa kapuśniak z ziemniakami 400g (9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL ziemniaki got. 250g)</i>, pulpet wieprzowy gotowany 100g (1psz,3) w sosie koperkowym 100g (1psz), marchew kostka gotowana 130g (1psz), kompot wiśniowy 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (1psz), pomidor 100g, herbata porzeczkowa 220ml, Posilek dodatkowy: Mus marchewkowy 100g</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE] Śniadanie: makaron na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g(1psz,1żyt, 1jęcz), serek fromage 80g 1 szt (7), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, papryka 100g Obiad: zupa grochowa z ziemniakami 400g (9), kluski śląskie 300g 6 szt. (1psz,3) w sosie koperkowym 100g (1psz), marchew kostka gotowana 130g (1psz,7), 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, 1jęcz), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata porzeczkowa 220ml Posilek dodatkowy: Mus marchewkowy 100g</p>
---	--

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]	2077.5	Wartość energetyczna [kcal]	2233.3
Wartość energetyczna [kJ]	8731.8	Wartość energetyczna [kJ]	9387.8
Białko [g]	75.7	Białko [g]	77.7
Tłuszcz [g]	69.2	Tłuszcz [g]	74.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.6
Węglowodany ogółem [g]	299	Węglowodany ogółem [g]	324.4
Cukry [g]	55.03	Cukry [g]	49.18
Błonnik pokarmowy [g]	22.53	Błonnik pokarmowy [g]	22.3
Sól [g]	3.62	Sól [g]	1.86
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1940.4	Wartość energetyczna [kcal]	2467.2
Wartość energetyczna [kJ]	8150.7	Wartość energetyczna [kJ]	10371.2
Białko [g]	81.4	Białko [g]	102
Tłuszcz [g]	69.6	Tłuszcz [g]	82.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.9
Węglowodany ogółem [g]	256.13	Węglowodany ogółem [g]	339.33
Cukry [g]	38.09	Cukry [g]	50.8
Błonnik pokarmowy [g]	18.29	Błonnik pokarmowy [g]	22.03
Sól [g]	4.19	Sól [g]	1.99
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]	2117.5	Wartość energetyczna [kcal]	2154.2
Wartość energetyczna [kJ]	8895.4	Wartość energetyczna [kJ]	9053
Białko [g]	84.1	Białko [g]	65.5
Tłuszcz [g]	75.4	Tłuszcz [g]	72.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.6
Węglowodany ogółem [g]	285.38	Węglowodany ogółem [g]	320.73
Cukry [g]	36.57	Cukry [g]	40.26
Błonnik pokarmowy [g]	19.78	Błonnik pokarmowy [g]	23.17
Sól [g]	2.97	Sól [g]	2.59
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2460.2
		Wartość energetyczna [kJ]	10319.5
		Białko [g]	67
		Tłuszcz [g]	78.5
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	52.8
		Węglowodany ogółem [g]	333.5
		Cukry [g]	56.96
		Błonnik pokarmowy [g]	22.41
		Sól [g]	4.23

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