

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.05.2025r. (czwartek)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na mleku na mleku 400 ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka z indyka 60g (6,7), dżem niskosłodzony pomarańczowy 25g, herbata truskawkowa 220ml, rzodkiewka 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1psz,9),, ziemniaki got. 250g, smażony kotlet z piersi kurczaka 100g (1psz,3), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i olejem rzepakowym 130g, mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt/ ok 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), kielbas szynkowa wieprzowa 60g (1psz) ,pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus bananowy100g</p>	<p><b>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na mleku na mleku 400 ml (7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g(1psz,1żyt,6), szynka z indyka 60g (6,7),dżem niskosłodzony pomarańczowy 25g, herbata truskawkowa 220ml, sałata strzępiasta 30 g 3 listki</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1psz,9), gotowana pierś z kureczaka 100g , sos koperkowy 100g (1psz), ziemniaki got. 250g, szpinak got. 130g (1psz) mieszanka kompotowa 220ml (czarna porzeczka, agrest, truskawka)</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt/ok 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (1psz), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus bananowy 100g</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 (6,7), serek fromage ½ szt. 40g (7), herbata truskawkowa b/c 220 ml, rzodkiewka 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1psz,9),, ziemniaki got. 250g, gotowana pierś z kurczaka 100g , sos koperkowy 100g (1psz), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydza i olejem rzepakowym 130g, mieszanka kompotowa b/c 220ml (czarna porzeczka, agrest, truskawka)</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), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (1psz),pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł.82%5g(7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek tartare 1szt. 20g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIALKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na mleku na mleku 400 ml (7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 100g (6,7), dżem niskosłodzony pomarańczowy 25g,, herbata truskawkowa 220ml, sałata strzępiasta 30 g 3 listki</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1psz,9), gotowana pierś z kurczaka 200g , sos koperkowy 100g (1psz), ziemniaki got. 250g, szpinak got. 130g (1psz) mieszanka kompotowa 220ml (czarna porzeczka, agrest, truskawka)</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt/ok 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 100g (1psz), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus bananowy 100g</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z 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 (6,7), serek fromage ½ szt. 40g (7), herbata truskawkowa b/c, sałata strzępiasta 30 g 3 listki</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1psz,9), gotowana pierś z kurczaka 100g , sos koperkowy 100g (1psz), ziemniaki got. 250g, szpinak got. 130g (1psz) mieszanka kompotowa b/c 220ml (czarna porzeczka, agrest, truskawka)</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 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), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (1psz), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja:</b> masło tł.82%5g(7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek tartare 1szt. 20g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na wodzie 400g, masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 60g (6,7), dżem niskosłodzony pomarańczowy 25g, herbata truskawkowa 220ml, sałata strzępiasta 30 g 3 listki</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1psz,9), gotowana pierś z kurczaka 100g ,sos koperkowy 100g (1psz), ziemniaki got. 250g, szpinak got. 130g (1psz) mieszanka kompotowa 220ml (czarna porzeczka, agrest, truskawka)</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt/ok 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g(1psz), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus bananowy 100g</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza kukurydziana na mleku na mleku 400 ml (7), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz),, konserwa rybna śledź w pomidorach 170g (4,9), herbata truskawkowa 220ml, rzodkiewka 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1psz,9), kluski śląskie 6 szt (1psz,3), sos koperkowy 100g (1psz), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i olejem rzepakowym 130g,mieszanka kompotowa 220ml (czarna porzeczka, agrest, truskawka)</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt ok 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), kielbasa szynkowa 60g (1 psz), pomidor 100g,herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus bananowy 100g</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 01.05.2025 r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2232.7	Wartość energetyczna [kcal]	2083.5
Wartość energetyczna [kJ]	9599.1	Wartość energetyczna [kJ]	8750.9
Białko [g]	86.9	Białko [g]	96.4
Tłuszcz [g]	80.2	Tłuszcz [g]	74.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.1
Węglowodany ogółem [g]	330.15	Węglowodany ogółem [g]	267.01
Cukry [g]	57.13	Cukry [g]	56.84
Błonnik pokarmowy [g]	29.11	Błonnik pokarmowy [g]	21.42
Sól [g]	2.75	Sól [g]	2.83
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2218.3	Wartość energetyczna [kcal]	2187.5
Wartość energetyczna [kJ]	9309.9	Wartość energetyczna [kJ]	9193.8
Białko [g]	88.2	Białko [g]	107.6
Tłuszcz [g]	84.4	Tłuszcz [g]	73.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.6
Węglowodany ogółem [g]	288.84	Węglowodany ogółem [g]	283.39
Cukry [g]	37.18	Cukry [g]	57.53
Błonnik pokarmowy [g]	24.99	Błonnik pokarmowy [g]	21.34
Sól [g]	4.98	Sól [g]	3.56
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]	2178.7	Wartość energetyczna [kcal]	1985
Wartość energetyczna [kJ]	9145.9	Wartość energetyczna [kJ]	8340
Białko [g]	93.9	Białko [g]	90.3
Tłuszcz [g]	82	Tłuszcz [g]	68.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32
Węglowodany ogółem [g]	277.27	Węglowodany ogółem [g]	262.31
Cukry [g]	31.44	Cukry [g]	48.53
Błonnik pokarmowy [g]	22.52	Błonnik pokarmowy [g]	21.26
Sól [g]	3.15	Sól [g]	2.62
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2116.4
		Wartość energetyczna [kJ]	9456.3
		Białko [g]	81.9
		Tłuszcz [g]	89.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.4
		Węglowodany ogółem [g]	333.98
		Cukry [g]	46.89
		Błonnik pokarmowy [g]	25.56
		Sól [g]	3.32

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 pszeniczny,
  - 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 Żywnienia