

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.05.2025 (piątek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400 ml (1psz,3,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), ser żółty salami 60g (7), dżem porzeczkowy 20g 1 szt., kawa zbożowa 220ml (1psz, 1 żyt,7), pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (7,9), ziemniaki got.250g, ryba dorsz gotowana 100g (4), sos grecki 130g (1psz, 9), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt/ ok 100g</p> <p>Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), jajko gotowane 50g(3), serek deliser 17 g(7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt mango b/c 150g (7)</p>	<p>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400 ml (1psz,3,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g(1psz,1żyt,6), serek wiejski 200g 1szt. (7), dżem porzeczkowy 20g 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem (1psz, 1 żyt,7) 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad:Zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got.250g, ryba dorsz gotowana 100g (4), sos grecki 130g (1psz, 9), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt/ ok 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), jajko gotowane 50g(3), serek deliser 17g(7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt mango 150g (7)</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek wiejski 200g 1szt. (7), kawa zbożowa b/c (1psz,1żyt,7) 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (7,9), ziemniaki got.250g, ryba dorsz gotowana 100g (4), sos grecki 130g (1psz,9), kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt/ ok 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7) pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), jajko gotowane 50g(3), serek deliser 1 szt(7), herbata czarna b/c 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>II Kolacja: masło tł.82% 15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz),, twaróg półtł z rzodkiewką 50g (7), sałata zielona 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400 ml (1psz,3,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), serek wiejski 200g 1szt. (7), dżem porzeczkowy 20g 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem (1psz, 1 żyt,7) 220 ml ,pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got.250g, ryba dorsz gotowana 100g (4), sos grecki 130g (1psz, 9), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan1 szt/ ok 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), jajko gotowane 50g(3), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt mango 150g (7)</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz),serek wiejski 200g 1szt. (7), kawa zbożowa b/c 220 ml (1psz, 1 żyt,7), pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got.250g, ryba dorsz gotowana 100g (4), sos grecki 130g (1psz, 9), kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt/ok 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz),, jajko gotowane 50g (3),serek deliser 17g (7), herbata czarna b/c 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), twaróg półtł. 50g (7), sałata zielona 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: zacierka na wodzie 400g (1psz), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g(1psz,1żyt,6), pasztet drobiowy 80g (1psz,6,7,9), dżem porzeczkowy 25g 1 szt. kawa zbożowa (1psz, 1 żyt) 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got.250g, ryba dorsz gotowana 100g (4), sos grecki 130g (1psz, 9), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt/ok 100g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), jajko gotowane 100g (3),sałata zielona 30 g 3 listki, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400 ml (1psz,3,7), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), ser żółty salami 60g (7), dżem porzeczkowy 20g 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem (1psz, 1 żyt,7) 220 ml , pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got.250g, ryba dorsz gotowana 100g (4), sos grecki 130g (1psz, 9), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt/ ok 100g</p> <p>Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), jajko gotowane 50g(3), serek deliser 17g(7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt mango 150g (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 02.05.2025 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]	2378.4	Wartość energetyczna [kcal]	2112.7
Wartość energetyczna [kJ]	9978.3	Wartość energetyczna [kJ]	8882.6
Białko [g]	76.7	Białko [g]	78.9
Tłuszcz [g]	94	Tłuszcz [g]	68.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.2
Węglowodany ogółem [g]	318.49	Węglowodany ogółem [g]	306.01
Cukry [g]	87.09	Cukry [g]	89.74
Błonnik pokarmowy [g]	24.7	Błonnik pokarmowy [g]	21.94
Sól [g]	3.08	Sól [g]	2.67
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1991	Wartość energetyczna [kcal]	2534.2
Wartość energetyczna [kJ]	8366.2	Wartość energetyczna [kJ]	10646
Białko [g]	81.9	Białko [g]	100.8
Tłuszcz [g]	68.4	Tłuszcz [g]	90.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.3
Węglowodany ogółem [g]	272.13	Węglowodany ogółem [g]	340.85
Cukry [g]	48.93	Cukry [g]	95.14
Błonnik pokarmowy [g]	20.45	Błonnik pokarmowy [g]	22.82
Sól [g]	2.31	Sól [g]	2.99
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]	2107.6	Wartość energetyczna [kcal]	2052.4
Wartość energetyczna [kJ]	8843.5	Wartość energetyczna [kJ]	8619.8
Białko [g]	82.7	Białko [g]	59.2
Tłuszcz [g]	84.5	Tłuszcz [g]	73.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.3
Węglowodany ogółem [g]	262.62	Węglowodany ogółem [g]	299.62
Cukry [g]	42.48	Cukry [g]	78.02
Błonnik pokarmowy [g]	17.1	Błonnik pokarmowy [g]	22.34
Sól [g]	3.59	Sól [g]	2.95
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2240
		Wartość energetyczna [kJ]	9397.8
		Białko [g]	73.6
		Tłuszcz [g]	88.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.4
		Węglowodany ogółem [g]	299.49
		Cukry [g]	87.29
		Błonnik pokarmowy [g]	24.01
		Sól [g]	3.19

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