

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.05.2025r. (piątek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1psz,3,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), ser żółty 60g (7), miód naturalny 25g, pomidor 100g, kakao na mleku 220ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki 250g, ryba dorsz got. 100g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), surówka z kapusty pekińskiej z papryką olejem rzepakowym 130g, kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: gruszka 1 szt. / 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasta z sera białego z rzodkiewką 100g (7), roszponka 30g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiniowy b/c 150g 1 szt. (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 400ml (1psz,3,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), serek wiejski 200g (7), miód naturalny 25g, pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 220ml (1jęcz,1żyt,7)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki 250g, ryba dorsz got 100g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), szpinak got. 130g(7), kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: Mus bananowy 1 szt. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), pasta z sera białego z pietruszką 100g (7), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiniowy b/c 150g 1 szt. (7)</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO 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), ser żółty niskotłuszczowy 60g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 220ml (1jęcz,1żyt,7)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki 250g, ryba dorsz got. 100g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), surówka z kapusty pekińskiej z papryką, olejem rzepakowym 130g, kompot z jabłek b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: gruszka 1 szt. / 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasta z sera białego z rzodkiewką 100g (7), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek deliser 34g (7), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIALKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1psz,3,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), serek wiejski 200g (7), miód naturalny 25g, pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 220ml (1jęcz,1żyt,7)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki 250g, ryba dorsz got.200g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), szpinak got. 130g(7), kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: Mus bananowy 1 szt. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), pasta z sera białego z pietruszką 100g (7), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiniowy b/c 150g 1 szt. (7)</p>
<p>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)/ DIETA OGRANICZENIEM LATWO 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 (7), pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 220ml (1żyt ,1jęcz,7)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki 250g, ryba dorsz got. 100g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), szpinak got. 130g(7), kompot z jabłek b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: Mus bananowy 1 szt. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz) pasta z sera białego z pietruszką 100g (7), herbata czarna b/c 220ml, roszponka 30g</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 25g(1psz,1żyt,1 jęcz), serek deliser 34g (7), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: zacierka na wodzie 400ml(1psz,3), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasztet pieczony wieprzowy 60g (1psz,3,6,7,9) miód naturalny 25g, pomidor 100g, kawa zbożowa na wodzie 220ml (1jęcz,1żyt)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem bez zabielenia 400g (9), ziemniaki 250g, ryba dorsz got. 100g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), szpinak got. 130g(7), kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: Mus bananowy 1 szt. 100g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), pasta z jajka i pietruszki 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1psz,3,7), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek wiejski 200g (7), miód naturalny 25g, pomidor 100g, kakao z mlekiem 220ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki 250g, ryba dorsz got. 100g (4) , surówka z kapusty pekińskiej z papryką, olejem rzepakowym 130g, kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: gruszka 1 szt. / 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasta z sera białego z rzodkiewką 100g (7), herbata czarna 220ml, roszponka 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiniowy b/c 150g 1 szt. (7)</p>

LEGENDA: NAZWA NUMERACJI ALERGENÓW W ODDZIAŁACH (KĄCIKI ŻYWIENIOWE)
JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE. PRZEPRASZAMY.

Opracował Dietetyk i Starszy Referent Działu Żywnienia, data opracowania: 14.04.2025r.

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 16.05.2025r.

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]	2015	Wartość energetyczna [kcal]	2161.8
Wartość energetyczna [kJ]	8465.4	Wartość energetyczna [kJ]	9074.4
Białko [g]	87.8	Białko [g]	92.5
Tłuszcz [g]	69.9	Tłuszcz [g]	82.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.9
Węglowodany ogółem [g]	269.61	Węglowodany ogółem [g]	272.56
Cukry [g]	45.73	Cukry [g]	51.29
Błonnik pokarmowy [g]	22.09	Błonnik pokarmowy [g]	20.38
Sól [g]	3	Sól [g]	2.54
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1916.7	Wartość energetyczna [kcal]	2378.4
Wartość energetyczna [kJ]	8046.3	Wartość energetyczna [kJ]	9980.5
Białko [g]	81.3	Białko [g]	110.9
Tłuszcz [g]	74.1	Tłuszcz [g]	93.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.7
Węglowodany ogółem [g]	238.13	Węglowodany ogółem [g]	282.6
Cukry [g]	43.4	Cukry [g]	51.29
Błonnik pokarmowy [g]	14.37	Błonnik pokarmowy [g]	20.46
Sól [g]	2.63	Sól [g]	2.87
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]	1900.8	Wartość energetyczna [kcal]	2058.7
Wartość energetyczna [kJ]	7981.8	Wartość energetyczna [kJ]	8639.1
Białko [g]	85.4	Białko [g]	74.6
Tłuszcz [g]	72.5	Tłuszcz [g]	78.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.4
Węglowodany ogółem [g]	232.68	Węglowodany ogółem [g]	273.85
Cukry [g]	41.9	Cukry [g]	45.19
Błonnik pokarmowy [g]	12.3	Błonnik pokarmowy [g]	23.22
Sól [g]	2.61	Sól [g]	3.74
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2015
		Wartość energetyczna [kJ]	8465.4
		Białko [g]	87.8
		Tłuszcz [g]	69.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.3
		Węglowodany ogółem [g]	269.61
		Cukry [g]	45.73
		Błonnik pokarmowy [g]	22.09
		Sól [g]	3

--	--

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 Żywnienia