

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.05.2025r. (sobota)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), masło tł.82% 15g(7), kielbasa krakowska wieprz. parzona 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220 ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (marchew, seler, brokuł, kalafior) 300g (9), sos pomidorowy 100g (1psz), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

Podwieczorek : drożdżówka ok. 100g (1psz,3,7)

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasztet pieczony 60g (1psz,3,6,7,9,10), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml,

Posilek dodatkowy: Soczek multiwitamina 200ml

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,1 jęcz), kielbasa krakowska wieprz. parzona 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220 ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto(ryż brązowy) mięsno (wieprzowe) – warzywne (marchew, seler, brokuł, kalafior) 300g (9), sos pomidorowy 100g (1psz), mieszanka 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,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasztet pieczony 60g (1psz,3,6,7,9,10), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml,

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz, 1 żyt), chleb graham 25g (1psz, 1 żyt, 1 jęcz), szynka wieprz. got. 40g (1psz,10), pomidor 50g, herbata malinowa b/c 220ml

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,1 jęcz), kielbasa krakowska wieprz. parzona 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220 ml, sałata lodowa 30g

Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto (ryż brązowy) mięsno (wieprzowe) – warzywne (marchew, seler, brokuł, kalafior) 300g (9), sos pomidorowy 100g (1psz), mieszanka 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,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasztet pieczony 60g (1psz,3,6,7,9,10), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml,

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz, 1 żyt), chleb graham 25g (1psz, 1 żyt, 1 jęcz), szynka wieprz. got. 40g (1psz,10), pomidor 50g, herbata malinowa b/c 220ml

DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]

Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa krakowska wieprz. parzona 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220 ml, sałata lodowa 30g

Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (marchew, seler, brokuł, kalafior) 300g (9), sos pomidorowy 100g (1psz), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

Podwieczorek : drożdżówka ok. 100g (1psz,3,7)

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasztet pieczony 60g (1psz,3,6,7,9,10), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

Posilek dodatkowy: Soczek multiwitamina 200ml

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa krakowska wieprz. parzona 100g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220 ml, sałata lodowa 30g

Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (marchew, seler, brokuł, kalafior) 300g (9), sos pomidorowy 100g (1psz), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

Podwieczorek : drożdżówka ok. 100g (1psz,3,7)

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasztet pieczony 60g (1psz,3,6,7,9,10), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

Posilek dodatkowy: Soczek multiwitamina 200ml

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza jaglana na wodzie 400ml (), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa krakowska wieprz. parzona 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata lodowa 30g

Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1psz,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (marchew, seler, brokuł, kalafior) 300g (9), sos pomidorowy 100g (1psz), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt ok 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasztet pieczony 60g (1psz,3,6,7,9,10), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml,

Posilek dodatkowy: Soczek multiwitamina 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek górski 80g (7), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g 1 szt, ogórek kiszony 100g

Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), risotto warzywne z fasolą czerwoną (marchew, seler, brokuł, kalafior) 300g (1 psz,9), sos pomidorowy 100g (1psz), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

Podwieczorek : drożdżówka ok. 100g (1psz,3,7)

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), tuńczyk w puszcze 120g (4,9), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

Posilek dodatkowy: Soczek multiwitamina 200ml

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.

| 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] | 2171.4 | Wartość energetyczna [kcal] | 2162.9 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 9107.3 | Wartość energetyczna [kJ] | 9071.3 |
| Białko [g] | 78.8 | Białko [g] | 78.5 |
| Tłuszcz [g] | 90 | Tłuszcz [g] | 90 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 41.1 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 41.1 |
| Węglowodany ogółem [g] | 270.04 | Węglowodany ogółem [g] | 268.21 |
| Cukry [g] | 66.82 | Cukry [g] | 65.74 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 17.46 | Błonnik pokarmowy [g] | 17.38 |
| Sól [g] | 4.46 | Sól [g] | 4.46 |
| DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6] | | DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9] | |
| parametr | zawartość razem | parametr | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal] | 2268.1 | Wartość energetyczna [kcal] | 2324.5 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 9499.2 | Wartość energetyczna [kJ] | 9744.3 |
| Białko [g] | 90.6 | Białko [g] | 94.3 |
| Tłuszcz [g] | 105.2 | Tłuszcz [g] | 101 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 39.8 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 44.7 |
| Węglowodany ogółem [g] | 248.22 | Węglowodany ogółem [g] | 268.21 |
| Cukry [g] | 41.18 | Cukry [g] | 65.74 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 17.29 | Błonnik pokarmowy [g] | 17.38 |
| Sól [g] | 5.79 | Sól [g] | 6.32 |
| 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] | 2260.5 | Wartość energetyczna [kcal] | 2094.2 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 9466.8 | Wartość energetyczna [kJ] | 8788 |
| Białko [g] | 90.3 | Białko [g] | 73.1 |
| Tłuszcz [g] | 105.2 | Tłuszcz [g] | 83.2 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 39.8 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 36.3 |
| Węglowodany ogółem [g] | 246.85 | Węglowodany ogółem [g] | 271.61 |
| Cukry [g] | 40.82 | Cukry [g] | 65.37 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 17.67 | Błonnik pokarmowy [g] | 17.03 |
| Sól [g] | 5.8 | Sól [g] | 4.22 |
| | | DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE] | |
| | | parametr | zawartość razem |
| | | Wartość energetyczna [kcal] | 2458.1 |
| | | Wartość energetyczna [kJ] | 10343.3 |
| | | Białko [g] | 83.5 |
| | | Tłuszcz [g] | 73.5 |
| | | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 35.3 |
| | | Węglowodany ogółem [g] | 377.11 |
| | | Cukry [g] | 82.23 |
| | | Błonnik pokarmowy [g] | 23.38 |
| | | Sól [g] | 4.28 |

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