

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.05.2025r. (sobota)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), szynka z kurcząt 60g (6), serek deliser 1 szt 17g (7), herbata leśna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z makaronem 400g (1psz,7,9) , ziemniaki got 250g, gulasz wieprzowy 180g (1psz), surówka z marchewki i selera z majonezem 130g (3,9,10), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: drożdżówka 100g (1psz,3,7)</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), papryka 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p>	<p>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z kurcząt 60g (6), serek deliser 1 szt 17g (7), herbata leśna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, gulasz wieprzowy 180g (1psz), starta sparzona marchew z selerem i olejem rzepakowym 130g (9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: drożdżówka 100g (1psz,3,7)</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6) , polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), roszponka 30g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), szynka z kurcząt 60g (6), serek deliser 1 szt 17g (7), herbata leśna b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z makaronem 400g (1psz,7,9) , ziemniaki got. 250g, gulasz wieprzowy 180g (1psz), surówka z marchewki i selera z majonezem 130g (3,9,10), kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), papryka 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1żyt,1psz), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1jęcz), serek tartare 20g (7), papryka 50g , herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z kurcząt 100g (6), serek deliser 1 szt. 17g (7), herbata leśna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, gulasz wieprzowy 180g (1psz), starta sparzona marchew z selerem i olejem rzepakowym 130g (9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: drożdżówka 100g (1psz,3,7)</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), polędwica sopocka wieprzowa 100g (6), roszponka 30g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</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 (1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), szynka z kurcząt 60g (6), serek deliser 1 szt 17g (7), herbata leśna b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got 250g, gulasz wieprzowy 180g (1psz), starta sparzona marchew z selerem i olejem rzepakowym 130g (9), kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), roszponka 30g , herbata czarna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1żyt,1psz), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1jęcz), serek tartare 20g (7), roszponka 30g , herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400ml (1jęcz), margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z kurcząt 60g (6), miód naturalny 50g 2 szt., herbata leśna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z makaronem bez zabielenia 400g (1psz,9), ziemniaki got 250g, gulasz wieprzowy 180g (1psz), starta sparzona marchew z selerem i olejem rzepakowym 130g (9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: drożdżówka 100g (1psz,3,7)</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), polędwica sopocka wieprzowa 60g (6), roszponka 30g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), miód naturalny 50g 2 szt , serek deliser 34g 2 szt. (7), herbata leśna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got 250g, sos jarzynowy z fasolą czerwoną 200g (1psz,9) (marchew, seler, pietruszka), surówka z marchewki i selera z majonezem 130g (3,9,10), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: drożdżówka 100g (1psz,3,7)</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), jajko gotowane 2 szt 100g (3), herbata czarna 220ml, papryka 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</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]	2105.5	Wartość energetyczna [kcal]	2088.2
Wartość energetyczna [kJ]	8858.5	Wartość energetyczna [kJ]	8771.5
Białko [g]	81.9	Białko [g]	72.1
Tłuszcz [g]	59.4	Tłuszcz [g]	72.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.1
Węglowodany ogółem [g]	326.68	Węglowodany ogółem [g]	300.15
Cukry [g]	54.6	Cukry [g]	63.28
Błonnik pokarmowy [g]	31.83	Błonnik pokarmowy [g]	25.99
Sól [g]	4.34	Sól [g]	4.53
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2083.7	Wartość energetyczna [kcal]	2331.5
Wartość energetyczna [kJ]	8763.1	Wartość energetyczna [kJ]	9783.9
Białko [g]	82.8	Białko [g]	90.5
Tłuszcz [g]	62.6	Tłuszcz [g]	88.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1
Węglowodany ogółem [g]	311.55	Węglowodany ogółem [g]	28.8
Cukry [g]	41.38	Cukry [g]	306.16
Błonnik pokarmowy [g]	29.07	Błonnik pokarmowy [g]	66.14
Sól [g]	4.8	Sól [g]	27.83
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]			6.5
parametr	zawartość razem	DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
Wartość energetyczna [kcal]	1975.1	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kJ]	8284.3	Wartość energetyczna [kcal]	2091.6
Białko [g]	73.2	Wartość energetyczna [kJ]	8798.9
Tłuszcz [g]	78.7	Białko [g]	65.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.8	Tłuszcz [g]	61.9
Węglowodany ogółem [g]	255.03	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25
Cukry [g]	36.97	Węglowodany ogółem [g]	330.73
Błonnik pokarmowy [g]	23.38	Cukry [g]	55.4
Sól [g]	5.05	Błonnik pokarmowy [g]	26.23
		Sól [g]	4.04
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2153.1
		Wartość energetyczna [kJ]	9055.7
		Białko [g]	55.5
		Tłuszcz [g]	68.4
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.2
		Węglowodany ogółem [g]	338.23
		Cukry [g]	60.54
		Błonnik pokarmowy [g]	19.08
		Sól [g]	2.32

--	--

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 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