

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b>  <b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), kielbasa szynkowa wieprz. 60g(1psz), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), papryka 100g, herbata czarna 220ml  <b>Obiad:</b> zupa krupnik (1jęcz,9), ziemniaki got. 250g, gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym, papryką, pieczarką i kielbasą zwyczajną 180g (1psz,6), kompot z truskawkowy 220ml  <b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. / ok. 100g  <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml  <b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</b>  <b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), kielbasa szynkowa wieprz. 60g(1psz), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), papryka 100g, herbata czarna b/c 220ml  <b>Obiad:</b> zupa krupnik (1jęcz,9), ziemniaki got. 250g, gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym i kielbasą zwyczajną, papryką, pieczarką 180g (1psz,6), kompot truskawkowy 220ml  <b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt. / ok. 100g  <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml,  <b>II Kolacja:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), polędwica drobiowa 40g (6,9), pomidor 50g, herbata leśna b/c 220ml</p> <p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b>  <b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), kielbasa szynkowa wieprz. 60g(1psz), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzep. 30g 3 liście  <b>Obiad:</b> zupa krupnik (1jęcz,9), ziemniaki got. 250g, gulasz wieprzowy 180g (1psz), fasolka szparagowa got. 130g, kompot truskawkowy b/c 220ml  <b>Podwieczorek:</b> mus owocowy 100g  <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml,  <b>II Kolacja:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), polędwica drobiowa 40g (6,9), pomidor 50g, herbata leśna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b>  <b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), masło tł.82% 15g (7), kielbasa szynkowa wieprz. 60g(6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, sałata strzep. 30g 3 liście  <b>Obiad:</b> zupa krupnik (1jęcz,9), ziemniaki got. 250g, gulasz wieprzowy 180g (1psz), fasolka szparagowa got. 130g, kompot truskawkowy 220ml  <b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. / ok. 100g  <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml  <b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]</b>  <b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), masło tł.82% 15g (7), kielbasa szynkowa wieprz. 100g(1psz), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, sałata strzep. 30g 3 liście  <b>Obiad:</b> zupa krupnik (1jęcz,9), ziemniaki got. 250g, gulasz wieprzowy 250g (1psz), fasolka szparagowa got. 130g, kompot truskawkowy 220ml  <b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. / ok. 100g  <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 150g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml  <b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b>  <b>Śniadanie:</b> ryż na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), margaryna roślinna 80% tł. 10g, kielbasa szynkowa wieprz. 60g(1psz), dżem wiśniowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata strzep. 30g 3 liście  <b>Obiad:</b> zupa krupnik (1jęcz,9), ziemniaki got. 250g, gulasz wieprzowy 180g (1psz), fasolka szparagowa got. 130g, kompot truskawkowy 220ml  <b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. / ok. 100g  <b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z jajka got. i wędliny (indyk) 100g (3,6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml  <b>Posilek dodatkowy:</b> mus bananowy 100g</p> <p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [ 1/WE]</b>  <b>Śniadanie:</b> ryż na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), dżem wiśniowy 25g 1 szt., serek tartare ziołowy 40g 2 szt. (7), herbata czarna 220ml, papryka  <b>Obiad:</b> zupa krupnik (1jęcz,9), ziemniaki got. 250g, gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym, papryką, pieczarką i ciecierzycą 180g (1psz), kompot truskawkowy 220ml  <b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. / ok. 100g  <b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasta z jajka got. 100g (3,10), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,  <b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p>
--	--

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 19.05.2025r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2025.8	Wartość energetyczna [kcal]	2240.9
Wartość energetyczna [kJ]	8508.8	Wartość energetyczna [kJ]	9397.4
Białko [g]	83	Białko [g]	90.5
Tłuszcz [g]	74	Tłuszcz [g]	93.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1
Węglowodany ogółem [g]	265.26	Węglowodany ogółem [g]	268.68
Cukry [g]	54.59	Cukry [g]	51.4
Błonnik pokarmowy [g]	16.99	Błonnik pokarmowy [g]	19.12
Sól [g]	5.61	Sól [g]	4.45
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2112.8	Wartość energetyczna [kcal]	2485.4
Wartość energetyczna [kJ]	8874.4	Wartość energetyczna [kJ]	10416.1
Białko [g]	93.9	Białko [g]	110.5
Tłuszcz [g]	72.6	Tłuszcz [g]	110.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47.2
Węglowodany ogółem [g]	285.52	Węglowodany ogółem [g]	272.29
Cukry [g]	44.38	Cukry [g]	51.52
Błonnik pokarmowy [g]	29.14	Błonnik pokarmowy [g]	18.72
Sól [g]	5.5	Sól [g]	5.7
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]	2187.3	Wartość energetyczna [kcal]	2144.7
Wartość energetyczna [kJ]	9172.2	Wartość energetyczna [kJ]	8996.3
Białko [g]	94.1	Białko [g]	85.2
Tłuszcz [g]	91.9	Tłuszcz [g]	87.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35
Węglowodany ogółem [g]	254.87	Węglowodany ogółem [g]	263.38
Cukry [g]	40.4	Cukry [g]	42.92
Błonnik pokarmowy [g]	18.15	Błonnik pokarmowy [g]	18.92
Sól [g]	4.26	Sól [g]	4.24
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	1832.1
		Wartość energetyczna [kJ]	7716.8
		Białko [g]	62.6
		Tłuszcz [g]	48.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.7
		Węglowodany ogółem [g]	294.7
		Cukry [g]	85.06
		Błonnik pokarmowy [g]	17.53
		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*