

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.05.2025r. (poniedziałek)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400 ml (1ow,3,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), szynka got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa Solferino z groszkiem 400 ml (1psz,9), ryż z jabłkiem pieczonym 300g, kompot porzeczkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150ml (7)</p>	<p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400 ml (1ow,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa Solferino z ziemniakami 400 ml (1psz,9), ryż z jabłkiem pieczonym 300g, kompot porzeczkowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka,brokuł) 100g (9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150ml (7)</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), szynka got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa Solferino z groszkiem 400 ml (1psz,9), ryż pełnoziarnisty z jabłkiem pieczonym 300g, kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1żyt,1psz), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1jęcz), polędwica miodowa drobiowa 40g (6), sałata zielona 30 g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIALKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400 ml (1ow,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka got. wieprz. 100g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa Solferino z ziemniakami 400 ml (1psz,9), ryż z jabłkiem pieczonym 300g, kompot porzeczkowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1psz,1żyt,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 200g (9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150ml (7)</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), szynka got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa Solferino z ziemniakami 400 ml (1psz,9), ryż z jabłkiem pieczonym 300g, kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82g% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz)), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1żyt,1psz), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1jęcz), polędwica miodowa drobiowa 40g (6), sałata zielona 30 g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na wodzie 400g (1ow), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka got. wieprz. 60g (6), dżem porzeczkowy 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa Solferino z ziemniakami 400 ml (1psz,9), ryż z jabłkiem pieczonym 300g, kompot porzeczkowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 100g (9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek wieloowocowy 200ml</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400 ml (1ow,7), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), ser żółty 60g (7), dżem porzeczkowy 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa Solferino z ziemniakami 400 ml (1psz,9), ryż z jabłkiem pieczonym 300g, kompot porzeczkowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1żyt,1psz), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1jęcz), pasta z <u>jajkiem i warzyw</u> (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (3,9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150ml (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 12.05.2025r.

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]	2100.5	Wartość energetyczna [kcal]	2147.8
Wartość energetyczna [kJ]	8833.6	Wartość energetyczna [kJ]	9033
Białko [g]	63.4	Białko [g]	61.9
Tłuszcz [g]	68.1	Tłuszcz [g]	69.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.7
Węglowodany ogółem [g]	316.97	Węglowodany ogółem [g]	327.79
Cukry [g]	86.95	Cukry [g]	87.51
Błonnik pokarmowy [g]	17.33	Błonnik pokarmowy [g]	17.5
Sól [g]	3.29	Sól [g]	3.15
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1851.4	Wartość energetyczna [kcal]	2373.3
Wartość energetyczna [kJ]	7780	Wartość energetyczna [kJ]	9978.3
Białko [g]	62.3	Białko [g]	90.6
Tłuszcz [g]	65.4	Tłuszcz [g]	79.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.1
Węglowodany ogółem [g]	260.21	Węglowodany ogółem [g]	333.09
Cukry [g]	45.56	Cukry [g]	86.18
Błonnik pokarmowy [g]	13.74	Błonnik pokarmowy [g]	18.11
Sól [g]	3.33	Sól [g]	3.95
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]	1984.6	Wartość energetyczna [kcal]	2141
Wartość energetyczna [kJ]	8342.4	Wartość energetyczna [kJ]	9019.6
Białko [g]	62.3	Białko [g]	61.9
Tłuszcz [g]	67.2	Tłuszcz [g]	57
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.9
Węglowodany ogółem [g]	290.7	Węglowodany ogółem [g]	353.12
Cukry [g]	59.26	Cukry [g]	73.66
Błonnik pokarmowy [g]	16.52	Błonnik pokarmowy [g]	16.6
Sól [g]	3.21	Sól [g]	3.02
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2082.5
		Wartość energetyczna [kJ]	8767.9
		Białko [g]	61.5
		Tłuszcz [g]	59.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.3
		Węglowodany ogółem [g]	334.57
		Cukry [g]	102.49
		Błonnik pokarmowy [g]	17.77
		Sól [g]	1.97

--	--

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 Żywnienia