

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), serek tartare 17g (7), herbata czarna 220ml, ogórek kiszony 100g</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza gryczana 200g, surówka z czerwonej kapusty 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g, herbata leśna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p> <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), serek tartare 17g (7), herbata czarna b/c 220ml, ogórek kiszony 100g</p> <p>II śniadanie: Kefir naturalny 150 ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza gryczana 200g, surówka z czerwonej kapusty 130g, mieszanka kompotowa b/c (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g, herbata leśna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 50g (7), pomidor 50g, herbata leśna b/c 220ml</p> <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)/DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), serek tartare 17g (7), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>II śniadanie: Kefir naturalny 150 ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, mieszanka kompotowa b/c (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa krakowska 60g (6), sałata 30g, herbata leśna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 50g (7), pomidor 50g, herbata leśna b/c 220ml</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka z indyka 60g (6), serek tartare 17g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa krakowska 60g (6), sałata 30g, herbata leśna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p> <p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka z indyka 100g (6), serek tartare 17g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 250g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa krakowska 100g (6), sałata 30g, herbata leśna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMŁECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1),masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka z indyka 60g (6), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 25g 1 op., herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa krakowska 60g (6), sałata 30g, herbata leśna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]</p> <p>Śniadanie:płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 25g 1 op., herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kopytka z masłem 300g 6 szt (1,3,7), surówka z czerwonej kapusty 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 40g ½ szt (7), sałata 30g, herbata leśna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p>
---	--

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 16.03.2024 r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2242.4	Wartość energetyczna [kcal]	2302.8
Wartość energetyczna [kJ]	9403.7	Wartość energetyczna [kJ]	9661.8
Białko [g]	83	Białko [g]	81
Tłuszcz [g]	93.5	Tłuszcz [g]	92.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.2
Węglowodany ogółem [g]	276.7	Węglowodany ogółem [g]	297.42
Cukry [g]	54.14	Cukry [g]	58.61
Błonnik pokarmowy [g]	19.18	Błonnik pokarmowy [g]	20.11
Sól [g]	6.02	Sól [g]	4.76
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2200.6	Wartość energetyczna [kcal]	2621.1
Wartość energetyczna [kJ]	9225	Wartość energetyczna [kJ]	10985.2
Białko [g]	90.5	Białko [g]	103.7
Tłuszcz [g]	95.5	Tłuszcz [g]	115.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.1
Cukry [g]	253.05	Węglowodany ogółem [g]	301.68
Błonnik pokarmowy [g]	32.69	Cukry [g]	58.5
Sól [g]	16.61	Błonnik pokarmowy [g]	20.29
Wartość energetyczna [kcal]	5.73	Sól [g]	6.52
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2232.8	Wartość energetyczna [kcal]	2212
Wartość energetyczna [kJ]	9363.7	Wartość energetyczna [kJ]	9285.3
Białko [g]	89.9	Białko [g]	75.9
Tłuszcz [g]	93.7	Tłuszcz [g]	84.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.4
Węglowodany ogółem [g]	266.14	Węglowodany ogółem [g]	297.04
Cukry [g]	37.42	Cukry [g]	57.56
Błonnik pokarmowy [g]	17.54	Błonnik pokarmowy [g]	20.53
Sól [g]	4.48	Sól [g]	4.03
		DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2140.2
		Wartość energetyczna [kJ]	8996.6
		Białko [g]	69.1
		Tłuszcz [g]	71.4
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42.1
		Węglowodany ogółem [g]	315.01
		Cukry [g]	69.19
		Błonnik pokarmowy [g]	19.95
		Sól [g]	3.59

--	--

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. Gluten. 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 opracowany przez Dietetyka Działu Żywnienia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia

Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI

ROZPORZĄDZENIA PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011
SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE
NIETOLERANCJI

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:
 - a) syropów glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);
 - b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);
 - c) syropów glukozowych na bazie jęczmienia;
 - d) zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
 2. Skorupiaki i produkty pochodne;
 3. Jaja i produkty pochodne;
 4. Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem:
 - a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;
 - b) żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;
 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
 6. Soja i produkty pochodne, z wyjątkiem:
 - a) całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego (1);
 - b) mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D -alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego;
 - c) fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego;
 - d) estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;
 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:
 - a) serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego,
 - b) laktitolu;
 8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
 9. Seler i produkty pochodne;
 10. Gorczyca i produkty pochodne;
 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;
 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;
 13. Łubin i produkty pochodne;
 14. Mięczaki i produkty pochodne.
- 1) Oraz produkty pochodne, o ile obróbka, jakiej je poddano, najprawdopodobniej nie wpływa na zwiększenie alergenicności, ocenionej przez właściwy organ w odniesieniu do produktu, z którego powstał.