

| | |
|---|--|
| <p>DIETA PODSTAWOWA[1] Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, papryka 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza gryczana 200g, surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot truskawkowy 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), mielonka wieprzowa 80g (1,6,7,9,10), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa 220ml Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)</p> <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6] Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, papryka 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza gryczana 200g, surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot truskawkowy b/c 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), mielonka wieprzowa 80g (1,6,7,9,10), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa b/c 220ml II Kolacja : masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty z rzodkiewką 50g (7), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa b/c 220ml</p> <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)/DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6] Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, kompot truskawkowy b/c 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), mielonka wieprzowa 80g (1,6,7,9,10), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa b/c 220ml II Kolacja: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 50g (7), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa b/c 220ml</p> | <p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBU- DZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3] Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, kompot truskawkowy 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), mielonka wieprzowa 80g (1,6,7,9,10), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa 220ml Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)</p> <p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9] Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa 100g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 250g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, kompot truskawkowy 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), mielonka wieprzowa 80g (1,6,7,9,10), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa 220ml Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML] Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, pomidor 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami bez zabelania 400g (1,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, kompot truskawkowy 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), mielonka wieprzowa 80g (1,6,7,9,10), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa 220ml Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE] Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1 szt. (7), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, papryka 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza gryczana 200g, <u>sos warzywny z ciecierzycą 200g (1,9)</u>, surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot truskawkowy 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), twaróg półtłusty z rzodkiewką 100g (7), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa 220ml Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)</p> |
|---|--|

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 02.10.2024 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] | 2133 | Wartość energetyczna [kcal] | 2147.5 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 8949.8 | Wartość energetyczna [kJ] | 9017.1 |
| Białko [g] | 88.4 | Białko [g] | 84.8 |
| Tłuszcz [g] | 84.3 | Tłuszcz [g] | 81.9 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 34.7 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 38.5 |
| Węglowodany ogółem [g] | 265.41 | Węglowodany ogółem [g] | 275.03 |
| Cukry [g] | 50.87 | Cukry [g] | 59.54 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 20.63 | Błonnik pokarmowy [g] | 14.76 |
| Sól [g] | 4.14 | Sól [g] | 3.3 |
| DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA) | | DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa) | |
| parametr | zawartość razem | parametr | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal] | 2297.2 | Wartość energetyczna [kcal] | 2512.1 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 10065.8 | Wartość energetyczna [kJ] | 10530.4 |
| Białko [g] | 93.4 | Białko [g] | 106.6 |
| Tłuszcz [g] | 82.8 | Tłuszcz [g] | 110.4 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 44.4 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 52.1 |
| Cukry [g] | 286.43 | Węglowodany ogółem [g] | 280.72 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 38.04 | Cukry [g] | 61.78 |
| Sól [g] | 12.99 | Błonnik pokarmowy [g] | 15.94 |
| Wartość energetyczna [kcal] | 5.33 | Sól [g] | 4.62 |
| 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] | 2199.2 | Wartość energetyczna [kcal] | 2050.2 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 10040.5 | Wartość energetyczna [kJ] | 8614.4 |
| Białko [g] | 92.9 | Białko [g] | 75.3 |
| Tłuszcz [g] | 79.8 | Tłuszcz [g] | 72.7 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 44.4 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 32.3 |
| Węglowodany ogółem [g] | 299.5 | Węglowodany ogółem [g] | 281.69 |
| Cukry [g] | 38.31 | Cukry [g] | 57.21 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 12.92 | Błonnik pokarmowy [g] | 16.23 |
| Sól [g] | 3.75 | Sól [g] | 2.93 |
| | | DIETA WEGETARIAŃSKA [WE] | |
| | | parametr | zawartość razem |
| | | Wartość energetyczna [kcal] | 2087.3 |
| | | Wartość energetyczna [kJ] | 8781 |
| | | Białko [g] | 60.1 |
| | | Tłuszcz [g] | 66.9 |
| | | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 37.8 |
| | | Węglowodany ogółem [g] | 317.62 |
| | | Cukry [g] | 77.55 |
| | | Błonnik pokarmowy [g] | 13.24 |
| | | Sól [g] | 4.36 |

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

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*

ZAŁĄCZNIK I

*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 glukozy na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);*
 - b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);*
 - c) syropów glukozy 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.*