

<p>DIETA PODSTAWOWA[1] 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), dżem truskawkowy niskosłodz. 25g, herbata malinowa 220ml, pomidor 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron z serem białym 300g (1,3,7), kompot z aronii 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g (6), papryka 100g, herbata czarna 220ml Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (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), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata malinowa b/c 220ml, pomidor 100g II śniadanie: Kefir naturalny 150 ml (7) Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), pierogi ruskie 300g (1,7), kompot z aronii b/c 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g (6), papryka 100g, herbata czarna b/c 220ml II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jajko got 50g (3), pomidor 50g, herbata czarna 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), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata malinowa b/c 220ml, pomidor 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), pierogi ruskie 300g (1,7), kompot z aronii b/c 220ml Podwieczorek: mus owocowy 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g (6), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jajko got 50g (3), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3] 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), dżem truskawkowy niskosłodz. 25g, herbata malinowa 220ml, pomidor 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), pierogi ruskie 300g (1,7), kompot z aronii b/c 220ml Podwieczorek: mus owocowy 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica sopocka 60g (6), sałata 30g, herbata czarna 220ml Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)</p> <p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9] 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 deliser 17g (7), herbata malinowa 220ml, pomidor 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), pierogi ruskie 300g (1,7), kompot z aronii b/c 220ml Podwieczorek: mus owocowy 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica sopocka 100g (6), sałata 30g, herbata czarna 220ml Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML] Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka z indyka 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g, herbata malinowa 220ml, pomidor 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), pierogi z ZIEMNIAKAMI 300g (1), kompot z aronii b/c 220ml Podwieczorek: mus owocowy 100g Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica sopocka 60g (6), sałata 30g, herbata czarna 220ml Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE] 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 truskawkowy niskosłodz. 25g, herbata malinowa 220ml, pomidor 100g Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), pierogi ruskie 300g (1,7), kompot z aronii 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser fromage ziołowy 80g (7), papryka 100g, herbata czarna 220ml Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)</p>
--	---

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 22.10.2024r.

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]	2091.4	Wartość energetyczna [kcal]	1959.4
Wartość energetyczna [kJ]	8806.8	Wartość energetyczna [kJ]	8244.2
Białko [g]	95.2	Białko [g]	67.1
Tłuszcz [g]	60.6	Tłuszcz [g]	60.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.1
Węglowodany ogółem [g]	297.39	Węglowodany ogółem [g]	294.9
Cukry [g]	57.92	Cukry [g]	45.11
Błonnik pokarmowy [g]	12.44	Błonnik pokarmowy [g]	16.06
Sól [g]	4.37	Sól [g]	4.31
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1925.5	Wartość energetyczna [kcal]	2040.9
Wartość energetyczna [kJ]	8091.6	Wartość energetyczna [kJ]	8583.7
Białko [g]	67.8	Białko [g]	81.9
Tłuszcz [g]	66.8	Tłuszcz [g]	65.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8
Cukry [g]	271.48	Węglowodany ogółem [g]	290.47
Błonnik pokarmowy [g]	35.38	Cukry [g]	62.68
Sól [g]	16.59	Błonnik pokarmowy [g]	17.55
Wartość energetyczna [kcal]	4.28	Sól [g]	5
DIETA 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]	1902.3	Wartość energetyczna [kcal]	1853.5
Wartość energetyczna [kJ]	7985.4	Wartość energetyczna [kJ]	7821.5
Białko [g]	67.8	Białko [g]	57.2
Tłuszcz [g]	66.8	Tłuszcz [g]	37.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7.8
Węglowodany ogółem [g]	241.2	Węglowodany ogółem [g]	331.45
Cukry [g]	25.25	Cukry [g]	73.11
Błonnik pokarmowy [g]	12.38	Błonnik pokarmowy [g]	18.85
Sól [g]	4.28	Sól [g]	4.1
		DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2070.7
		Wartość energetyczna [kJ]	8713.9
		Białko [g]	83.9
		Tłuszcz [g]	62.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.9
		Węglowodany ogółem [g]	301.11
		Cukry [g]	52.34
		Błonnik pokarmowy [g]	16.63
		Sól [g]	4.3

--	--

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 Żywności

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywności

*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 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.*