

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: masło tł.82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty salami 60g (7), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., kakao z mlekiem 220 ml(7), ogórek zielony 100g
Obiad: zupa z soczewicy zielonej z makaronem 400g(1,3,9), ziemniaki got. 250g, ryba smażona dorsz 100g (1,4), sos grecki 150g (seler,marchew, pietruszka)(1,9), kompot z czarnej porzeczki 220ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z sera białego ze śmietana i rzodkiewką 100g (7), B/M- jajko gotowane 100g 2 szt.(3), rzodkiewka 5 szt, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek tartare 40g 2 szt. jajo gotowane 50g 1szt.(3), kawa zbożowa na wodzie 220 ml (1), ogórek zielony 100g,
Obiad: zupa wiejska z makaronem 400g(1,3,9), ziemniaki got.250g, pulpety gotowane z dorsza 100g (1,3,4), sos jarzynowy 180g (seler, marchew, pietruszka)(1,9), kompot z czarnej porzeczki 220ml
Podwieczorek: jabłko 1 szt.
Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z sera białego ze śmietana i rzodkiewką 100g (7), B/M- jajko gotowane 100g 2szt.(3), rzodkiewka 5 szt, herbata czarna 220ml
II Kolacja CUKRZ: masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt owocowy 150g (7), herbata czarna b/c 220ml

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]

Śniadanie: masło tł.82%20g(7), pieczywo żytnio pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek tartare 40g 2 szt.(7), jajo gotowane 50g 1 szt. (3), kawa zbożowa na wodzie 220 ml (1), pomidor 100g
Obiad:zupa wiejska z makaronem 400g(1,3,9), ziemniaki got.250g, pulpety gotowane z dorsza 100g(1,3,4), sos jarzynowy 180g (seler, marchew, pietruszka)(1,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml
Podwieczorek: jabłko 1 szt.
Kolacja: masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z sera białego z mlekiem i koperkiem 150g (7), B/M- jajko gotowane 100g 2szt.(3), sałata zielona 3 listki, herbata czarna 220ml
II Kolacja WĄTR-CUKRZ: masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt owocowy 150g (7), herbata czarna bez cukru 220ml
Dieta płynna: kasza manna na mleku (1,7)

DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3]

Śniadanie:masło tł.82%20g(7) pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), serek tartare 40g 1 szt.(7), dżem brzoskwiniowy 50g 2 szt., kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (1,7), pomidor 100g
Obiad: zupa wiejska z makaronem 400g(1,3,9), ziemniaki got. 250g, pulpety gotowane z dorsza 100g(1,3,4), sos jarzynowy 180g (seler, marchew, pietruszka)(1,9), (kompot z czarnej porzeczki 220 ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z sera białego z mlekiem i koperkiem 100g (7), B/M- jajko gotowane 140g (3), sałata zielona 3 listki, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy:jogurt owocowy 150g (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](WYSOKOBIAŁKOWA)

Śniadanie: masło 82%20g(7) pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), serek tartare 40g 1 szt.(7), dżem brzoskwiniowy 50g 2 szt., jajka gotowane 2 szt. kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (1,7), pomidor 100g
Obiad: zupa wiejska z makaronem 400g(1,3,9), ziemniaki got.250g, pulpety gotowane z dorsza 200g(1,3,4),sos jarzynowy 180g(seler, marchew, pietruszka)(1,9), kompot z czarnej porz. 220 ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja:masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z sera białego z mlekiem i koperkiem 200g (7), sałata zielona 3 listki, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA- BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: masło 82%20g(7) pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), pasztet drobiowy 80g (1,6,7,9), dżem brzoskwiniowy 50g 2 szt., kawa zbożowa na wodzie 220 ml (1,7), pomidor 100g
Obiad: zupa wiejska z makaronem 400g(1,3,9), ziemniaki got.250g, pulpety gotowane z dorsza 100g(1,3,4), sos jarzynowy 180g (seler, marchew, pietruszka)(1,9), kompot z czarnej porz.220ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), jajko gotowane 100g 2 szt. (3), sałata zielona 3 listki, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: mus marchewkowo-jabłkowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryba [1/WE]

Śniadanie:masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1),chleb graham 50g(1), ser żółty salami 60g (7), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., kakao z mlekiem 220 ml(7), ogórek zielony 100g
Obiad:zupa z soczewicy zielonej z makaronem 400g(1,3,9), ziemniaki got. 250g, ryba smażona dorsz 100g (1,4), sos grecki 150g (seler,marchew, pietruszka)(1,9), kompot z czarnej porzeczki 220
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1),chleb graham 50g(1), pasta z sera białego ze śmietana i rzodkiewką 100g (7), B/M- jajko gotowane 100g 2szt.(3), rzodkiewka 5 szt,herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 26.01.2024 r.

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]	2150.6	Wartość energetyczna [kcal]	2003.4
Wartość energetyczna [kJ]	9040.8	Wartość energetyczna [kJ]	8435.6
Białko [g]	90.4	Białko [g]	70.1
Tłuszcz [g]	74.7	Tłuszcz [g]	57
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.8
Węglowodany ogółem [g]	284.93	Węglowodany ogółem [g]	309.93
Cukry [g]	66.79	Cukry [g]	83.63
Błonnik pokarmowy [g]	11.71	Błonnik pokarmowy [g]	15.01
Sól [g]	4.77	Sól [g]	2.02
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2062.3	Wartość energetyczna [kcal]	2328.3
Wartość energetyczna [kJ]	8664.3	Wartość energetyczna [kJ]	9792.1
Białko [g]	82	Białko [g]	105.3
Tłuszcz [g]	76.3	Tłuszcz [g]	76.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.9
Węglowodany ogółem [g]	266.96	Węglowodany ogółem [g]	312.57
Cukry [g]	43.64	Cukry [g]	84.79
Błonnik pokarmowy [g]	10.32	Błonnik pokarmowy [g]	15.33
Sól [g]	2.25	Sól [g]	2.64
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) , WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMŁECZNA [11/ML]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2022.2	Wartość energetyczna [kcal]	2020.9
Wartość energetyczna [kJ]	8501.1	Wartość energetyczna [kJ]	8494.2
Białko [g]	87	Białko [g]	74.2
Tłuszcz [g]	70.3	Tłuszcz [g]	71.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.5
Węglowodany ogółem [g]	265.79	Węglowodany ogółem [g]	276.61
Cukry [g]	39.41	Cukry [g]	54.18
Błonnik pokarmowy [g]	11.07	Błonnik pokarmowy [g]	11.65
Sól [g]	2.42	Sól [g]	4.48
		DIETA WEGETARIANSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2016.1
		Wartość energetyczna [kJ]	8470.5
		Białko [g]	89.2
		Tłuszcz [g]	74.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.4
		Węglowodany ogółem [g]	252.71
		Cukry [g]	40.51
		Błonnik pokarmowy [g]	10.36
		Sól [g]	4.76

--	--

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 i Starszego Referenta 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 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.