

**DIETA PODSTAWOWA[1]**

**Śniadanie:** kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M-kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7) masło tł. 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), miód naturalny 25g-1 szt, herbata czarna 220ml, papryka świeża 100g,  
**Obiad:** zupa z cukinii z ryżem 400g(7,9 ), ziemniaki got.250g, bigos z kapustą kiszoną i kielbasą zwyczajną 300g (1,6), kompot truskawkowy 220 ml  
**Podwieczorek:** jabłko 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), graham 50g(1), pasta z sera białego i konserwy rybnej 100g (4,7), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzępiasta 3 listk  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g(7)

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

**Śniadanie:** masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), serek tartare 1 szt. (7), kawa zbożowa na wodzie b/c 220ml(1), papryka świeża 100g,  
**Obiad:** zupa z cukinii z ryżem 400g(1,7,9 ), ziemniaki got.250g, sos mięsny 180g (1), warzywa gotowane 130g (marchew, seler, pietruszka) (1,9), kompot truskawkowy b/c 220 ml  
**Podwieczorek:** jabłko 1 szt  
**Kolacja:** masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z ser białego i konserwy rybnej 100g (4,7), herbata poziomka b/c 220ml, sałata strzępiasta 3 listki  
**II Kolacja CUKRZ :** masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt naturalny 150g (7), sałata zielona 3 listki, herbata czarna b/c 220ml

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

**Śniadanie:**masło 82%20g(7), pieczywo żytnio -pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), serek tartare 1 szt. (7), kawa zbożowa na wodzie b/c 220ml(1), pomidor 100g,  
**Obiad:** zupa z cukinii z ryżem 400g(7,9 ), ziemniaki got. 250g, sos mięsny 180g (1), warzywa gotowane 130g (marchew, seler, pietruszka) (1,9) kompot truskawkowy b/c 220 ml  
**Podwieczorek:** jabłko 1 szt  
**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z sera białego i konserwy rybnej 100g (4,7), (1,6,7,9), herbata poziomka 220ml, sałata strzępiasta 3 listki  
**II Kolacja WĄT-CUKRZ:** masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt naturalny 150g (7), sałata zielona 3 listki, herbata czarna b/c 220ml

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

**Śniadanie:** kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M-kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7), masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), szynka z indyka 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml (1,7), pomidor 100g,  
**Obiad:** zupa z cukinii z ryżem 400g(7,9 ), ziemniaki got. 250g, sos mięsny 180g (1), warzywa gotowane 130g (marchew, seler, pietruszka) (1,9) , kompot truskawkowy 220 ml  
**Podwieczorek:** banan 1 szt.  
**Kolacja:** masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z sera białego i konserwy rybnej 100g (4,7), herbata poziomka 220ml, sałata strzępiasta 3 listki 30g,  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

**DIETA BOGATOBIALKOWA (WYSOKOBIALKOWA)[9]**

**Śniadanie:** kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M-kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7), masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), szynka z indyka 100g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml (1,7), pomidor 100g,  
**Obiad:** zupa z cukinii z ryżem 400g(7,9 ), ziemniaki got. 250g, sos mięsny 200g (1), warzywa gotowane 130g (marchew, seler, pietruszka) (1,9) , kompot truskawkowy 220 ml  
**Podwieczorek:** banan 1 szt.  
**Kolacja:** masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z sera białego i konserwy rybnej 150g (4,7), herbata poziomka 220ml, sałata strzępiasta 3 listki 30g,  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

**DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]**

**Śniadanie:** kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7), masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), szynka z indyka 80g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml (1,7), pomidor 100g,  
**Obiad:** zupa z cukinii z ryżem 400g(7,9 ), ziemniaki got. 250g, sos mięsny 180g (1), warzywa gotowane 130g (marchew, seler, pietruszka) (1,9) , kompot truskawkowy 220 ml  
**Podwieczorek:** banan 1 szt.  
**Kolacja:** masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z konserwy rybnej i jajka 100g (4,7), herbata poziomka 220ml, sałata strzępiasta 3 listki 30g,  
**Posilek dodatkowy:** mus marchew-jabłko 150g (7)

**DIETA WEGETARIAŃSKA+ryby [ 1/WE]**

**Śniadanie:** kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M-kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7) masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 100g (7), miód naturalny 25g 1 szt. herbata czarna 220ml, papryka świeża 100g,  
**Obiad:** zupa z cukinii z ryżem 400g(1,7,9 ), ziemniaki got. 250g, kapusta kiszona zasmażana 300g (1), kompot truskawkowy 220 ml  
**Podwieczorek:** jabłko 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), graham 50g(1), pasta z sera białego i konserwy rybnej 100g (4,7), herbata poziomkowa 220ml, sałata strzępiasta 3 listki  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g(7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 22.01.2024 r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4](WRZODOWA), LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3](WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2317.2	Wartość energetyczna [kcal]	2459.3
Wartość energetyczna [kJ]	9710.7	Wartość energetyczna [kJ]	10319.2
Białko [g]	86.5	Białko [g]	89.4
Tłuszcz [g]	102.6	Tłuszcz [g]	101.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.4
Węglowodany ogółem [g]	271.16	Węglowodany ogółem [g]	304.5
Cukry [g]	53.42	Cukry [g]	75.28
Błonnik pokarmowy [g]	18.66	Błonnik pokarmowy [g]	13.2
Sól [g]	5.2	Sól [g]	3.51
DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIALKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2245.5	Wartość energetyczna [kcal]	2490.2
Wartość energetyczna [kJ]	9402.2	Wartość energetyczna [kJ]	10447.5
Białko [g]	85.8	Białko [g]	91.7
Tłuszcz [g]	106.8	Tłuszcz [g]	103.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.1
Węglowodany ogółem [g]	242.96	Węglowodany ogółem [g]	304.85
Cukry [g]	44	Cukry [g]	75.65
Błonnik pokarmowy [g]	15.53	Błonnik pokarmowy [g]	13.68
Sól [g]	4.19	Sól [g]	3.58
LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2147.8	Wartość energetyczna [kcal]	2213.1
Wartość energetyczna [kJ]	9002.3	Wartość energetyczna [kJ]	9280.3
Białko [g]	80.9	Białko [g]	80
Tłuszcz [g]	95.7	Tłuszcz [g]	93.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42.5
Węglowodany ogółem [g]	246.78	Węglowodany ogółem [g]	271.2
Cukry [g]	46.1	Cukry [g]	47.94
Błonnik pokarmowy [g]	12.34	Błonnik pokarmowy [g]	17.26
Sól [g]	3.57	Sól [g]	4.66
		DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2413.2
		Wartość energetyczna [kJ]	10106.2
		Białko [g]	74.4
		Tłuszcz [g]	113
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	60.8
		Węglowodany ogółem [g]	283.65
		Cukry [g]	54.55
		Błonnik pokarmowy [g]	18.04
		Sól [g]	3.51

--	--

*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*

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 glukozyowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę ( 1 );
    - b) maltodekstryn na bazie pszenicy ( 1 );
    - c) syropów glukozyowych 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 SO<sub>2</sub> 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.