

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.01.2023 (czwartek)

### DIETA PODSTAWOWA[1]

**Śniadanie:** ryż na mleku 350ml (7), B/M- ryż na wodzie 350ml,masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 40g (6), serek deliser 1 szt.17g(7), herbata poziomkowa 220ml, pomidor 50g

**Obiad:** zupa pieczarkowa z makaronem 350g(1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, bitka wieprzowa ze schabu duszona, w sosie własnym 180 g (mięso 80g +sos 100g) (1), surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot z jabłek 220 ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1), chleb graham 25g(1), salceson drobiowy 40g(6), herbata czarna 220ml, ogórek świeży 50g,

**Posilek dodatkowy:** kefir naturalny 150g

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

**Śniadanie:** masło 82%20g(7), pieczywo żytnio -pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 40g (6), serek deliser ziołowy1 szt.17g(7), herbata poziomkowa b/c220ml, pomidor 50g

**Obiad:** zupa pieczarkowa z makaronem 350g(1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, pulpet wieprzowy gotowany 80g(1,3), sos pomidorowy 100g (1), surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot z jabłek 220 ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g, graham 25g(1), salceson drobiowy 40g (6), herbata czarna b/c 220ml, ogórek świeży 50g,

**II Kolacja CUKRZ:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), kefir naturalny 150ml(7), sałata 30g, herbata czarna bez cukru 220ml

### ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA

**Śniadanie:** masło 82%20g(7), pieczywo żytnio -pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 40g (6), serek deliser ziołowy1 szt.17g (7), herbata poziomkowa b/c220ml, pomidor 50g

**Obiad:** zupa koperkowa z makaronem 350g (1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, pulpet wieprzowy gotowany 80g(1,3), sos warzywny (marchewka, seler, pietru.)100g (1,9), kompot z jabłek 220 ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g, graham 25g(1), salceson drobiowy 40g(6), herbata czarna b/c 220ml, ketchup łagodny 1 szt.

**II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), kefir naturalny 150ml(7), sałata 30g, herbata czarna bez cukru 220ml

### DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]

**Śniadanie:** ryż na mleku 350ml (7),B/M- ryż na wodzie 350ml,masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), serek deliser 1 szt.17g(7), miód naturalny 25g,herbata poziomkowa 220ml, pomidor 50g

**Obiad:** zupa pieczarkowa z makaronem 350g(1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, kopytka z masłem 6 szt. (1,3,7),

surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot z jabłek 220 ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1), chleb graham 25g(1), jajko gotowane 2 szt. (3),

herbata czarna 220ml, ogórek świeży 50g,

**Posilek dodatkowy:** kefir naturalny 150g (7)

### DIETA ŁATWOSTRAWNA [2]

**Śniadanie:** ryż na mleku 350ml (7),B/M- ryż na wodzie 350ml, masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 40g (6), serek deliser 1 szt.17g(7), herbata poziomkowa 220ml, pomidor 50g

**Obiad:** zupa koperkowa z makaronem 350g (1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, pulpet wieprzowy gotowany 80g(1,3),sos jarzynowy (marchewka, seler, pietru.)100g (1,9), kompot jabłkowy220 ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), salceson drobiowy 40g(6), ketchup łagodny 1 szt., herbata czarna 220 ml,

**Posilek dodatkowy:** kefir naturalny 150g (7)

### DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA)

**Śniadanie:** ryż na mleku 350ml (7),B/M- ryż na wodzie 350ml, masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 40g (6), serek deliser 1 szt.17g(7), herbata poziomkowa 220ml, pomidor 50g

**Obiad:** zupa koperkowa z makaronem 350g(1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, pulpet wieprzowy gotowany 80g(1,3),sos jarzynowy (marchewka, seler, pietruszka)100g (1,9), kompot jabłkowy220 ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:**masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), salceson drobiowy 40g(6), ketchup łagodny 1 szt., herbata czarna 220 ml,

**Posilek dodatkowy:** kefir naturalny 150g (7)

### ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)

**Śniadanie:** ryż na mleku 350ml (7),B/M- ryż na wodzie 350ml, masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 40g (6), serek deliser 1 szt.17g(7), herbata poziomkowa 220ml, pomidor 50g

**Obiad:** zupa koperkowa z makaronem 350g(1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, pulpet wieprzowy gotowany 80g(1,3), sos jarzynowy (marchewka, seler, pietru.)100g (1,9), kompot jabłkowy220 ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), salceson drobiowy 40g(6), ketchup łagodny 1 szt., herbata czarna 220 ml,

**Posilek dodatkowy:** kefir naturalny 150g (7)

### DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](WYSOKOBIAŁKOWA)-porcja x 2

**Śniadanie:** ryż na mleku 350ml (7),B/M- ryż na wodzie 350ml, masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 40g (6), serek deliser 1 szt.17g(7), herbata poziomkowa 220ml, pomidor 50g

**Obiad:** zupa koperkowa z makaronem 350g(1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, pulpet wieprzowy gotowany 80g(1,3),sos jarzynowy (marchewka, seler, pietru.)100g (1,9), kompot jabłkowy220 ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:**masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), salceson drobiowy 40g(6), ketchup łagodny 1 szt., herbata czarna 220 ml,

**Posilek dodatkowy:** kefir naturalny 150g (7)

### DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]

**Śniadanie:** ryż na wodzie 350ml, masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 40g (6), herbata poziomkowa 220ml, pomidor 50g

**Obiad:**zupa koperkowa z makaronem niezabielana 350g(1,9), ziemniaki got. 250g, pulpet wieprzowy got.80g(1,3) sos jarzynowy (marchewka, seler, pietru.)100g (1,9), kompot jabłkowy220 ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:**masło 82% 20g(7),pieczywo pszenne 90g(1,6),salceson drobiowy 40g(6),ketchup łagodny 1 szt.,herbata czarna 220

**Posilek dodatkowy:** soczek owocowy 200ml

## Wartość odżywcza diet jadłospisu z dnia 04.01.2023 r.

<p style="text-align: center;"><b>DIETA PODSTAWOWA [1]</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2002.7, [kJ] 8407.8, Białko [g] 80.5, Tłuszcz [g] 75.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 36.7, Węglowodany ogółem [g] 258.15, Cukry [g] 42.76, Błonnik pokarmowy [g] 27.71, Sól [g] 4.17.</p>	<p style="text-align: center;"><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA [2]</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2171.5, [kJ] 9110.6, Białko [g] 74.4, Tłuszcz [g] 88.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.7, Węglowodany ogółem [g] 277.85, Cukry [g] 47.92, Błonnik pokarmowy [g] 26.41, Sól [g] 4.23.</p>
<p style="text-align: center;"><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2155.5, [kJ] 9049.6, Białko [g] 119.1, Tłuszcz [g] 84.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 43.2, Węglowodany ogółem [g] 234.43, Cukry [g] 25.48, Błonnik pokarmowy [g] 21.18, Sól [g] 5.42.</p>	<p style="text-align: center;"><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA)</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2171.5, [kJ] 9110.6, Białko [g] 74.4, Tłuszcz [g] 88.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.7, Węglowodany ogółem [g] 277.85, Cukry [g] 47.92, Błonnik pokarmowy [g] 26.41, Sól [g] 4.23..</p>
<p style="text-align: center;"><b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2203.8, [kJ] 9244.7, Białko [g] 105.8, Tłuszcz [g] 92.4, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 51.3, Węglowodany ogółem [g] 243.24, Cukry [g] 26.16, Błonnik pokarmowy [g] 21.11, Sól [g] 5.45.</p>	<p style="text-align: center;"><b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2171.5, [kJ] 9110.6, Białko [g] 74.4, Tłuszcz [g] 88.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.7, Węglowodany ogółem [g] 277.85, Cukry [g] 47.92, Błonnik pokarmowy [g] 26.41, Sól [g] 4.23.</p>
<p style="text-align: center;"><b>DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2040.9, [kJ] 8568.6, Białko [g] 83.5, Tłuszcz [g] 77.2, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39.8, Węglowodany ogółem [g] 243.24, Cukry [g] 47.31, Błonnik pokarmowy [g] 27.71, Sól [g] 3.78.</p>	<p style="text-align: center;"><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2108.6, [kJ] 8866.1, Białko [g] 114.7, Tłuszcz [g] 70.6, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 36.2, Węglowodany ogółem [g] 261.03, Cukry [g] 45.35, Błonnik pokarmowy [g] 25.01, Sól [g] 5.99.</p>
	<p style="text-align: center;"><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]</b></p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2045.4, [kJ] 8601.1, Białko [g] 102.4, Tłuszcz [g] 67.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 31.4, Węglowodany ogółem [g] 264.44, Cukry [g] 40.73, Błonnik pokarmowy [g] 25.04, Sól [g] 4.64.</p>

***W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerko-wiec, 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*

*Jadłospis opracowany przez Dietetyka i Starszego Referenta Działu Żywienia*

*Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywienia*

Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW  
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI

**ZAŁĄCZNIK II**

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 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