

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.01.2025r. (sobota)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1ow,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), kielbasa szynkowa ekstra 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, papryka 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1jęcz,9), ryż gotowany 200g, potrawka z kurczaka 180g (kapusta kiszona, groszek konserwowy, marchewka seler, pietruszka) (1psz,9), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasztet pieczony drobiowy 60g (1psz,6), ogórek konserwowy 100g (10), herbata malinowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p> <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz),kielbasa szynkowa ekstra 60g (6), serek fromage 40g ½ szt. (7), herbata czarna b/c 220 ml,papryka 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1jęcz,9), ryż pełnoziarnisty gotowany 200g, potrawka z kurczaka 180g (kapusta kiszona, groszek konserwowy, marchewka seler, pietruszka) (1psz,9), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek : gruszka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasztet pieczony drobiowy 60g (1psz,6), ogórek konserwowy 100g (10), herbata malinowa b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25gm(1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), twaróg półtłusty z rzodkiewką 50g (7), sałata 30g, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), kielbasa szynkowa ekstra 60g (6), serek tartare 1 szt.(7), herbata czarna b/c 220 ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1jęcz,9), ryż gotowany 200g, potrawka z kurczaka 180g (marchewka seler, pietruszka, fasolka szparagowa) (1psz,9), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek : jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasztet pieczony drobiowy 60g (1psz,6), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), twaróg półtłusty 50g (7), pomidor 50g, herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1ow,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa szynkowa ekstra 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1jęcz,9), ryż gotowany 200g, potrawka z kurczaka 180g (marchewka seler, pietruszka, fasolka szparagowa) (1psz,9), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6),pasztet pieczony drobiowy 60g (1psz,6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p> <p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1ow,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,9), kielbasa szynkowa ekstra 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1jęcz,9), ryż gotowany 200g, potrawka z kurczaka 250g (marchewka seler, pietruszka, fasolka szparagowa) (1psz,9), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,9), pasztet pieczony drobiowy 60g (1psz,6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml (1ow), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa szynkowa ekstra 60g (1), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1jęcz,9), ryż gotowany 200g, potrawka z kurczaka 180g (marchewka seler, pietruszka, fasolka szparagowa) (1psz,9), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), pasztet pieczony drobiowy 60g (1psz,6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1ow,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek fromage 80g (7), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, papryka 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1jęcz,9), ryż gotowany 200g, potrawka warzywna 180g (kapusta kiszona, groszek konserwowy, marchewka seler, pietruszka) (1psz,9), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), twaróg półtłusty z rzodkiewką 100g (7), ogórek konserwowy 100g (10), herbata malinowa 220 ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p>
--	--

LEGENDA: NAZWA NUMERACJI ALERGENÓW W ODDZIAŁACH (KĄCIKI ŻYWIENIOWE)

Opracował Dietetyk Działu Żywnienia, data opracowania: 07.01.2025r.

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE. PRZEPRASZAMY.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2114.5	Wartość energetyczna [kcal]	2123.7
Wartość energetyczna [kJ]	8898.4	Wartość energetyczna [kJ]	8937.5
Białko [g]	76.6	Białko [g]	74.6
Tłuszcz [g]	63.5	Tłuszcz [g]	63.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31
Węglowodany ogółem [g]	318.01	Węglowodany ogółem [g]	322.02
Cukry [g]	89.43	Cukry [g]	87.19
Błonnik pokarmowy [g]	17.99	Błonnik pokarmowy [g]	17.65
Sól [g]	4.11	Sól [g]	4.11
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1958.4	Wartość energetyczna [kcal]	2243.5
Wartość energetyczna [kJ]	8217.5	Wartość energetyczna [kJ]	9438
Białko [g]	83.5	Białko [g]	89.8
Tłuszcz [g]	77.9	Tłuszcz [g]	70.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.8
Węglowodany ogółem [g]	239.05	Węglowodany ogółem [g]	322.14
Cukry [g]	40.71	Cukry [g]	87.88
Błonnik pokarmowy [g]	16.87	Błonnik pokarmowy [g]	18.28
Sól [g]	5.56	Sól [g]	5
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2000.5	Wartość energetyczna [kcal]	2032.1
Wartość energetyczna [kJ]	8399.4	Wartość energetyczna [kJ]	8555.1
Białko [g]	84.5	Białko [g]	69.3
Tłuszcz [g]	76.7	Tłuszcz [g]	58
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27
Węglowodany ogółem [g]	249.53	Węglowodany ogółem [g]	316.98
Cukry [g]	30.82	Cukry [g]	78.64
Błonnik pokarmowy [g]	13.44	Błonnik pokarmowy [g]	18.01
Sól [g]	4.67	Sól [g]	3.9
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2082.6
		Wartość energetyczna [kJ]	8760.2
		Białko [g]	60
		Tłuszcz [g]	66.2
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.7
		Węglowodany ogółem [g]	319.65
		Cukry [g]	98.04
		Błonnik pokarmowy [g]	16.37
		Sól [g]	2.43

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. Zboża zawierające gluten:
 - 1psz – zboża zawierające gluten pszenne,
 - 1żyt – zboża zawierające gluten żytni
 - 1ow – zboża zawierające gluten owsiany
 - 1jęcz – zboża zawierające gluten jęczmienny
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 zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia