

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.01.2025r. (środa)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1psz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka got. wieprz. 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), pulpet drobiowy 100g (1psz,3) sos pieczarkowy 100g (1psz,3,7), surówka z marchewki z chrzanem 130g (12), kompot z jabłek 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), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150ml (7)</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1psz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka got. wieprz. 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, sałata strzep. 30g 3 listki</p> <p>Obiad: Zupa ziemniaczanka 400 ml (9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), pulpet drobiowy 100g (1psz,3), sos pomidorowy 100g (1jęcz), brokuł got. 130g, kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150ml (7)</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1jęcz), chleb graham 50g (1jęcz), szynka got. wieprz. 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), pulpet drobiowy 100g (1psz,3) sos pieczarkowy 100g (1psz,3,7), surówka z marchewki z chrzanem 130g(12) , kompot z jabłek b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz)pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz)twaróg półtłusty 50g (7), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1psz,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka got. wieprz. 100g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, sałata strzep. 30g 3 listki</p> <p>Obiad: Zupa ziemniaczanka 400 ml (9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), pulpet drobiowy 200g (1psz,3) sos pomidorowy 100g (1jęcz), brokuł got. 130g, kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 200g (9), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150ml (7)</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z 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), szynka got. wieprz. 60g (1psz,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, sałata strzep. 30g 3 listki</p> <p>Obiad: Zupa ziemniaczanka 400 ml (9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), pulpet drobiowy 100g (1psz,3) sos pomidorowy 100g (1jęcz), brokuł got. 130g, kompot z jabłek b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy 100g 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 15g% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz) pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka,brokuł) 100g (9), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz) twaróg półtłusty 50g (7), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: makaron na wodzie 400g (1psz), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka got. wieprz. 6, dżem porzeczkowy 25g 1 szt. herbata poziomkowa 220 ml, sałata strzep. 30g 3 listki</p> <p>Obiad: Zupa ziemniaczanka bez zabielenia 400 ml (9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), pulpet drobiowy 100g (1psz,3) sos pomidorowy 100g (1jęcz), brokuł got. 130g, kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 100g (9), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1psz,7), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), twaróg półtł. 70g (7), dżem porzeczkowy 50g 2 szt., herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (9), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), jajko gotowane 100g 2 szt. (3), sos pieczarkowy 100g (1psz,3,7), surówka z marchewki z chrzanem (12) 130g, kompot z jabłek 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),pasta z tuńczyka i warzyw (marchew, seler, pietruszka,brokuł) 100g (4,9), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150ml (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 22.01.2025r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2221.3	Wartość energetyczna [kcal]	2321.7
Wartość energetyczna [kJ]	9329.5	Wartość energetyczna [kJ]	9744.9
Białko [g]	83.2	Białko [g]	83.9
Tłuszcz [g]	80.3	Tłuszcz [g]	90.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.4
Węglowodany ogółem [g]	302.37	Węglowodany ogółem [g]	301.97
Cukry [g]	76.04	Cukry [g]	66.77
Błonnik pokarmowy [g]	21.88	Błonnik pokarmowy [g]	18.56
Sól [g]	3.64	Sól [g]	3.45
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1962.5	Wartość energetyczna [kcal]	2475.2
Wartość energetyczna [kJ]	8240.6	Wartość energetyczna [kJ]	10386.3
Białko [g]	81.7	Białko [g]	105.5
Tłuszcz [g]	71.4	Tłuszcz [g]	99.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.5
Węglowodany ogółem [g]	259.11	Węglowodany ogółem [g]	298.41
Cukry [g]	37.89	Cukry [g]	58.73
Błonnik pokarmowy [g]	22.01	Błonnik pokarmowy [g]	18.11
Sól [g]	4.97	Sól [g]	4.45
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]	2081.5	Wartość energetyczna [kcal]	2213.2
Wartość energetyczna [kJ]	8737.3	Wartość energetyczna [kJ]	9299.9
Białko [g]	82.9	Białko [g]	71.9
Tłuszcz [g]	78.7	Tłuszcz [g]	77.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.7
Węglowodany ogółem [g]	271.34	Węglowodany ogółem [g]	315.8
Cukry [g]	37.25	Cukry [g]	75.01
Błonnik pokarmowy [g]	22.1	Błonnik pokarmowy [g]	18.7
Sól [g]	5	Sól [g]	2.75
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2211.3
		Wartość energetyczna [kJ]	9304.1
		Białko [g]	98.6
		Tłuszcz [g]	66.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.4
		Węglowodany ogółem [g]	315.14
		Cukry [g]	93.84
		Błonnik pokarmowy [g]	21.83
		Sól [g]	3.57

--	--

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 pszenney,
 - 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 Żywienia