

|   |   |
|---|---|
| <p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b><br/><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), ser żółty 60g (7), miód naturalny 1 szt., herbata poziomkowa 220ml, papryka 100g<br/><b>Obiad:</b> zupa grochowa z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 100g (1psz,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowy 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml<br/><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt. / ok. 100g<br/><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz),jajko got. 50g 1 szt (3), serek deliser 1 szt. 17g (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g<br/><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy b/c (7) 150g</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</b><br/><b>Śniadanie:</b> masło tł. 82%15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz),ser żółty 60g (7), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, papryka 100g<br/><b>Obiad:</b> zupa grochowa z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz gotowana 100g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowy 130g, mieszanka kompotowa b/c (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml<br/><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt. / ok. 100g<br/><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), jajko got. 50g 1 szt (3), serek deliser 1 szt. 17g (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g<br/><b>Kolacja II:</b> masło tł.82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek wiejski 200g 1 szt. (7), sałata masłowa 30g, herbata czarna b/c 220 ml</p> <p><b>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/ DIETA OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b><br/><b>Śniadanie:</b> masło tł. 82%15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek tartare 40g 2 szt. (7), serek deliser 17g(7), herbata poziomkowa b/c 220ml (7), roszponka 30g<br/><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz gotowana 100g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), szpinak na ciepło 130g (1psz,7), mieszan-kakompotowa b/c (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml<br/><b>Podwieczorek:</b> mus owocowy 100g<br/><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), jajko got. 50g 1 szt (3), serek deliser 1 szt. 17g (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g<br/><b>Kolacja II:</b> masło tł.82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek wiejski 200g 1 szt. (7), sałata masłowa 30g, herbata czarna b/c 220 ml</p> | <p><b>DIETA LATWOSTRAWNA [2], DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4] LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b><br/><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1psz ,7), masło tł.82%15g (7), pieczywo pszenne (baton wro-cławski)100g (1psz,1żyt,6), serek tartare 40g 2 szt (7), miód naturalny 25g 1 op., herbata poziomkowa 220ml, roszponka 30g<br/><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz gotowana 100g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), szpinak na ciepło 130g (1psz,7), mieszanka kompotowa (agrest, czarna po-rzeczka,truskawka) 220ml<br/><b>Podwieczorek:</b> mus owocowy 100g<br/><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), jajko got. 50g 1 szt (3), serek deliser 1 szt. 17g (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g<br/><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy b/c (7) 150g</p> <p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]</b><br/><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1psz ,7) , masło tł.82%15g (7), pieczywo pszenne (baton wro-cławski)100g (1psz,1żyt,6), serek tartare 40g 2 szt (7), miód naturalny 25g 1 op., herbata poziomkowa 220ml, roszponka 30g<br/><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z makaronem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz gotowana 200g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), szpinak na ciepło 130g (1psz,7),mieszanka kompotowa (agrest, czarna po-rzeczka, truskawka) 220ml<br/><b>Podwieczorek:</b> mus owocowy 100g<br/><b>Kolacja:</b> masło 82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1psz,1żyt,6), jajko got. 50g 1 szt (3), serek deliser 1 szt. 17g (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g<br/><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy b/c (7) 150g</p> <p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b><br/><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na wodzie 400ml(1psz), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1psz,1żyt,6), dżem owocowy 50g 2 szt. , miód 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220ml, rosz-ponka 30g<br/><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z makaronem bez zabielenia 400g (1psz,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz gotowana 100g (4), sos pietruszkowy 100g (1psz), szpinak na ciepło 130g (1psz,7), mieszanka kompotowa b/c (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml<br/><b>Podwieczorek:</b> mus owocowy 100g<br/><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1psz,1żyt,6), jajko got. 1 szt. 50g, dżem wiśniowy 1 szt. 50g, herbata czarna 220 ml, pomidor 100g<br/><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwinowy 100g</p> <p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA[1/WE]</b><br/><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 400ml (1psz ,7), masło82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz), chleb graham 50g (1psz), ser żółty 60g (7), miód naturalny 1 szt., herbata poziomkowa 220ml, papryka 100g<br/><b>Obiad:</b> zupa z grochowa z makaronem 400g (1psz,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 100g (1psz,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowy 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml<br/><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt. / ok. 100g<br/><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), jajko got. 50g 1 szt (3), serek deliser 1 szt. 17g (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g<br/><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy b/c (7) 150g</p> |
|---|---|

| 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]  | 2176.5          | Wartość energetyczna [kcal]  | 2234.9          |
| Wartość energetyczna [kJ]  | 9157.4          | Wartość energetyczna [kJ]  | 9400.8          |
| Białko [g]   | 104.7           | Białko [g]   | 99.5            |
| Tłuszcz [g]  | 66.4            | Tłuszcz [g]  | 72.2            |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 26.3            | Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 35.2            |
| Węglowodany ogółem [g]   | 299.81          | Węglowodany ogółem [g]   | 303.73          |
| Cukry [g]  | 57.94           | Cukry [g]  | 50.89           |
| Błonnik pokarmowy [g]  | 19.63           | Błonnik pokarmowy [g]  | 14.4            |
| Sól [g]  | 2.57            | Sól [g]  | 1.98            |
| DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)   |                 | DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)   |                 |
| parametr   | zawartość razem | parametr   | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal]  | 2323.2          | Wartość energetyczna [kcal]  | 2464.6          |
| Wartość energetyczna [kJ]  | 9764.6          | Wartość energetyczna [kJ]  | 10362.5         |
| Białko [g]   | 101.5           | Białko [g]   | 109.8           |
| Tłuszcz [g]  | 81.3            | Tłuszcz [g]  | 81.2            |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 38.2            | Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 39              |
| Węglowodany ogółem [g]   | 303.74          | Węglowodany ogółem [g]   | 333.99          |
| Cukry [g]  | 53.26           | Cukry [g]  | 55.84           |
| Błonnik pokarmowy [g]  | 15.05           | Błonnik pokarmowy [g]  | 21.09           |
| Sól [g]  | 2.61            | Sól [g]  | 2.25            |
| LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA |                 | DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]   |                 |
| parametr   | zawartość razem | parametr   | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal]  | 1959.3          | Wartość energetyczna [kcal]  | 2183.5          |
| Wartość energetyczna [kJ]  | 8241.4          | Wartość energetyczna [kJ]  | 9183.5          |
| Białko [g]   | 98.2            | Białko [g]   | 83.7            |
| Tłuszcz [g]  | 59.4            | Tłuszcz [g]  | 68.5            |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 32.6            | Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 35.3            |
| Węglowodany ogółem [g]   | 268.9           | Węglowodany ogółem [g]   | 319.03          |
| Cukry [g]  | 39.45           | Cukry [g]  | 49.54           |
| Błonnik pokarmowy [g]  | 22.38           | Błonnik pokarmowy [g]  | 22.06           |
| Sól [g]  | 3.27            | Sól [g]  | 2.2             |
|  |                 | DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]   |                 |
| parametr   | zawartość razem | parametr   | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal]  | 2163.4          | Wartość energetyczna [kcal]  | 2163.4          |
| Wartość energetyczna [kJ]  | 9102.3          | Wartość energetyczna [kJ]  | 9102.3          |
| Białko [g]   | 104.2           | Białko [g]   | 104.2           |
| Tłuszcz [g]  | 66.2            | Tłuszcz [g]  | 66.2            |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 26.2            | Kwasy tłuszczowe nasycone [g]  | 26.2            |
| Węglowodany ogółem [g]   | 296.9           | Węglowodany ogółem [g]   | 296.9           |
| Cukry [g]  | 55.69           | Cukry [g]  | 55.69           |
| Błonnik pokarmowy [g]  | 18.93           | Błonnik pokarmowy [g]  | 18.93           |
| Sól [g]  | 2.56            | Sól [g]  | 2.56            |

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

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*