

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.01.2025r. (czwartek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400 ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), kielbasa żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata z aronii 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1jęcz,9), spaghetti mięsno (wieprzowe) – warzywne 300g (1psz,3,9), kompot porzeczkowy 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),serek wiejski 200g (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400 ml (7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata z aronii 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1jęcz,9), spaghetti mięsno (wieprzowe) – warzywne 300g (1psz,3,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), serek wiejski 200g (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g</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 żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata z aronii b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1jęcz,9), spaghetti (kasza kukurydziana pełnoziarnisty) mięsno (wieprzowe) – warzywne 300g (1psz,3,9) , kompot porzeczkowy 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), serek wiejski 200g (7), herbata czarna b/c 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka delikatesowa z kurcząt 40g (6), sałata 30g, herbata z aronii b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400 ml (7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata z aronii 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1jęcz,9), spaghetti mięsno (wieprzowe) – warzywne 300g (1psz,3,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa żywiecka 100g (6), herba-ta czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g</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),kielbasa żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata z aronii b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1jęcz,9), spaghetti mięsno (wieprzowe) – warzywne 300g (1psz,3,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy 100g</p> <p>Kolacja: masło 15g% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek wiejski 200g (7), herbata czarna b/c 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>II Kolacja WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz),, szynka delikatesowa z kurcząt 40g (6), sałata 30g, herbata z aronii b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie 400g (), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa żywiecka 80g (6), herbata z aronii 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1jęcz,9), spaghetti mięsno (wieprzowe) – warzywne 300g (1psz,3,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g (1psz,1żyt,6), szynka delikatesowa z kurcząt 40g (6), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400 ml (7), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), konserwa rybna śledź w oleju 170g (1psz,3,6,7, 9,10), herbata z aronii 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1jęcz,9), spaghetti warzywne 300g (1psz,3,9), kompot porzeczkowy 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), serek fromage 80g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 02.01.2025r.

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]	2100.5	Wartość energetyczna [kcal]	2009.6
Wartość energetyczna [kJ]	8833.6	Wartość energetyczna [kJ]	8441.7
Białko [g]	63.4	Białko [g]	71.7
Tłuszcz [g]	68.1	Tłuszcz [g]	70.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.8
Węglowodany ogółem [g]	316.97	Węglowodany ogółem [g]	281.82
Cukry [g]	86.95	Cukry [g]	62.73
Błonnik pokarmowy [g]	17.33	Błonnik pokarmowy [g]	20.96
Sól [g]	3.29	Sól [g]	4.04
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1880.7	Wartość energetyczna [kcal]	2127.1
Wartość energetyczna [kJ]	7900.6	Wartość energetyczna [kJ]	8935.6
Białko [g]	78.9	Białko [g]	90
Tłuszcz [g]	66.7	Tłuszcz [g]	75.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.6
Węglowodany ogółem [g]	250.09	Węglowodany ogółem [g]	282.55
Cukry [g]	35.91	Cukry [g]	63.27
Błonnik pokarmowy [g]	18.07	Błonnik pokarmowy [g]	21.14
Sól [g]	4.51	Sól [g]	6.05
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]	1914.4	Wartość energetyczna [kcal]	1892.3
Wartość energetyczna [kJ]	8039	Wartość energetyczna [kJ]	7957.7
Białko [g]	78.7	Białko [g]	72.7
Tłuszcz [g]	70.8	Tłuszcz [g]	59.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	24.8
Węglowodany ogółem [g]	249.4	Węglowodany ogółem [g]	277.36
Cukry [g]	35.41	Cukry [g]	54.79
Błonnik pokarmowy [g]	17.89	Błonnik pokarmowy [g]	21.29
		Sól [g]	4.39
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]		Wartość energetyczna [kcal]	2082.5
Wartość energetyczna [kJ]		Wartość energetyczna [kJ]	8767.9
Białko [g]		Białko [g]	61.5
Tłuszcz [g]		Tłuszcz [g]	59.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.3
Węglowodany ogółem [g]		Węglowodany ogółem [g]	334.57
Cukry [g]		Cukry [g]	102.49
Błonnik pokarmowy [g]		Błonnik pokarmowy [g]	17.77

parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1914.4	Wartość energetyczna [kcal]	2082.5
Sól [g]	4.53	Sól [g]	1.97

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