

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka z indyka 60g (6), fromage 40g ½ szt. (7), herbata czarna 220ml, ogórek kiszony 100g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1psz), kasza gryczana 200g, <i>(ZOL i Oddział Pediatryczny ziemniaki 250g)</i> surówka z czerwonej kapusty 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 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), szynka wieprzowa gotowana 60g (1psz,10), roszponka 30g, herbata leśna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (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: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 60g (6), dżem wiśniowy niskosłodzony 25g 1 op., herbata czarna 220ml, sałata lodowa 30g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1psz), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL i Oddział Pediatryczny ziemniaki 250g)</i>, buraczki tarte na zimno 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: soczek owocowy 200ml</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka wieprzowa gotowana 60g (1psz,10), roszponka 30g, herbata leśna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)</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), szynka z indyka 60g (6), fromage 40g ½ szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, ogórek kiszony 100g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1psz), kasza gryczana 200g, <i>(ZOL i Oddział Pediatryczny ziemniaki 250g)</i>, surówka z czerwonej kapusty 130g, mieszanka kompotowa b/c (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 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), szynka wieprzowa gotowana 60g (1psz,10), roszponka 30g, herbata leśna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), polędwica miodowa drobiowa 40g (6,9), roszponka 30g, herbata leśna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 100g (6), dżem wiśniowy niskosłodzony 25g 1 op., herbata czarna 220ml, sałata lodowa 30g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1psz), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), <i>(ZOL i Oddział Pediatryczny ziemniaki 250g)</i>, buraczki tarte na zimno 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: soczek owocowy 200ml</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka wieprzowa gotowana 60g (1psz,10), roszponka 30g, herbata leśna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)</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), szynka z indyka 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, sałata lodowa 30g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1psz), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), buraczki tarte na zimno 130g, mieszanka kompotowa b/c (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka wieprzowa gotowana 60g (1psz,10), roszponka 30g, herbata leśna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), polędwica miodowa drobiowa 40g (6,9), roszponka 30g, herbata leśna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMŁECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1jęcz), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka z indyka 60g (6), dżem wiśniowy niskosłodzony 25g 1 op., herbata czarna 220ml, sałata lodowa 30g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1psz,9), gulasz wieprzowy 180g (1psz), kasza jęczmienna 200g (1jęcz), buraczki tarte na zimno 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: soczek owocowy 200ml</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka wieprzowa gotowana 60g (1psz,10), roszponka 30g, herbata leśna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1jęcz,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek fromage 80g 1 szt.(7), dżem wiśniowy niskosłodzony 25g 1 op., herbata czarna 220ml, ogórek kiszony 100g</p> <p>Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1psz,7,9), kopytka z masłem 300g 6 szt (1,3,7), surówka z czerwonej kapusty 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 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), jajko gotowane 2 szt (3), roszponka 30g, herbata leśna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 20.01.2025r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2451	Wartość energetyczna [kcal]	2359.1
Wartość energetyczna [kJ]	10264.7	Wartość energetyczna [kJ]	9892.9
Białko [g]	92.4	Białko [g]	85.8
Tłuszcz [g]	113.1	Tłuszcz [g]	98.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	50.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42.3
Węglowodany ogółem [g]	276.44	Węglowodany ogółem [g]	291.79
Cukry [g]	50.78	Cukry [g]	56.19
Błonnik pokarmowy [g]	21.47	Błonnik pokarmowy [g]	19.73
Sól [g]	6.48	Sól [g]	6.24
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2292.7	Wartość energetyczna [kcal]	2500.9
Wartość energetyczna [kJ]	9601.7	Wartość energetyczna [kJ]	10483
Białko [g]	93.2	Białko [g]	99.1
Tłuszcz [g]	107.6	Tłuszcz [g]	108.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.7
Cukry [g]	245.7	Węglowodany ogółem [g]	291.52
Błonnik pokarmowy [g]	34.61	Cukry [g]	56.61
Sól [g]	15.77	Błonnik pokarmowy [g]	19.99
Wartość energetyczna [kcal]	6.08	Sól [g]	6.01
ŁATWOSTRAWNA 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]	2167.7	Wartość energetyczna [kcal]	2271.1
Wartość energetyczna [kJ]	9086.3	Wartość energetyczna [kJ]	9528.8
Białko [g]	84.9	Białko [g]	75.8
Tłuszcz [g]	95.4	Tłuszcz [g]	90.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.6
Węglowodany ogółem [g]	249.25	Węglowodany ogółem [g]	298.79
Cukry [g]	33.73	Cukry [g]	58.92
Błonnik pokarmowy [g]	14.24	Błonnik pokarmowy [g]	20.69
Sól [g]	4.16	Sól [g]	4.29
		DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2440
		Wartość energetyczna [kJ]	10249.7
		Białko [g]	79
		Tłuszcz [g]	86.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.2
		Węglowodany ogółem [g]	349.27
		Cukry [g]	52.04
		Błonnik pokarmowy [g]	25.3
		Sól [g]	4.84

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 pszeniczny,
1żył – 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