

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.01.2025r. (sobota)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: zacierka na mleku na mleku 400ml (1psz,3,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, kielbasa wieprzowa got. 100g (6,10), sos musztardowy 100g (1psz,10,) buraczki got. z cebulką 130g, kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek : gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), papryka 100g, herbata porzeczkowa 220ml,

Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]

Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka gotowana wieprzowa wieprzowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt.(7), herbata czarna b/c 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, kielbasa wieprzowa got. 100g (6,10), sos musztardowy 100g (1psz,10) buraczki got. z cebulką 130g, kompot z jabłek b/c 220ml

Podwieczorek : gruszka 1 szt./ ok. 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), papryka 100g, herbata porzeczkowa b/c 220ml

II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), twaróg półtłusty 50g (7), sałata 30g, herbata malinowa b/c 220ml

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]

Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), szynka gotowana wieprzowa wieprzowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt.(7), herbata czarna b/c 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, parówka drobiowa gotowana 100g (6,10), sos pomidorowy 100g (1psz) buraczki tarte 130g, kompot z jabłek b/c 220ml

Podwieczorek : Mus brzoskwiniowy 100g.

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata porzeczkowa b/c 220ml

II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), twaróg półtłusty 50g (7), sałata 30g, herbata porzeczkowa b/c 220ml

DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]

Śniadanie: zacierka na mleku na mleku 400ml (1psz,3,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, parówka drobiowa gotowana 100g (6,10), sos pomidorowy 100g (1psz) buraczki tarte 130g, kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek : Mus brzoskwiniowy 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6),,, pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml

DIETA BOGATOBIALKOWA [9]

Śniadanie: zacierka na mleku na mleku 400ml (1psz,3,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6),szynka gotowana wieprzowa 100g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, parówka drobiowa gotowana 200g (6,10), sos pomidorowy 100g (1psz) buraczki tarte 130g, kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek : Mus brzoskwiniowy 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6),,, pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: zacierka na mleku na wodzie 400ml (1,3), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem nie zabieleną 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, parówka drobiowa gotowana 100g (6,10), sos pomidorowy 100g (1psz) buraczki tarte 130g, kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek: Mus brzoskwiniowy 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6),,, pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata porzeczkowa 220ml,

Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: zacierka na mleku na mleku 400ml (1psz,3,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek fromage 80g (7), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1psz,7,9), ziemniaki got. 250g, jajko got. 100g 2 szt. (3), sos musztardowy 100g (1psz,10) buraczki got. z cebulką 130g, kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek : gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek topiony camembert 60g ½ szt. (7), papryka 100g, herbata porzeczkowa 220 ml

Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml

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]	2089.2	Wartość energetyczna [kcal]	2123.7
Wartość energetyczna [kJ]	8776.5	Wartość energetyczna [kJ]	8937.5
Białko [g]	77.7	Białko [g]	74.6
Tłuszcz [g]	75.1	Tłuszcz [g]	63.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31
Węglowodany ogółem [g]	284.38	Węglowodany ogółem [g]	322.02
Cukry [g]	53.75	Cukry [g]	87.19
Błonnik pokarmowy [g]	17.95	Błonnik pokarmowy [g]	17.65
Sól [g]	4.26	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]	2129.6	Wartość energetyczna [kcal]	2243.5
Wartość energetyczna [kJ]	8927	Wartość energetyczna [kJ]	9438
Białko [g]	80.3	Białko [g]	89.8
Tłuszcz [g]	90.9	Tłuszcz [g]	70.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.8
Węglowodany ogółem [g]	257.98	Węglowodany ogółem [g]	322.14
Cukry [g]	34.37	Cukry [g]	87.88
Błonnik pokarmowy [g]	20.91	Błonnik pokarmowy [g]	18.28
Sól [g]	4.93	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]	2136.1
		Wartość energetyczna [kJ]	8973.7
		Białko [g]	70.8
		Tłuszcz [g]	77.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47.5
		Węglowodany ogółem [g]	296.29
		Cukry [g]	61.41
		Błonnik pokarmowy [g]	15.82
		Sól [g]	3.53

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