

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.01.2025r. (niedziela)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), polędwica drobiowa 60g (6,9), dżem niskosłodzony brzoskwiowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, ogórek kiszony 100g
Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1psz), surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130g (1psz), kompot wiśniowy 220ml
Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), kielbasa szynkowa 60g (1psz), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g

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), polędwica drobiowa 60g (6,9), serek fromage 40g 1/2 szt. (7), herbata malinowa b/c 220 ml, ogórek kiszony 100g
Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1psz), surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130g (1psz), kompot wiśniowy b/c 220ml
Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), kielbasa szynkowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,
II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), ser twarogowy z rzodkiewką 50g `(7), sałata strzęp. 30g, herbata czarna 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), polędwica drobiowa 60g (6,9), serek tartare 1 szt. (7), herbata malinowa b/c 220 ml, roszponka 30g
Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g (1,3), sos koperkowy 100g (1psz), marchew kostka gotowana 130g (1psz), kompot wiśniowy b/c 220ml
Podwieczorek: mus owocowy 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), kielbasa szynkowa 60g (1psz), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,
II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g (1psz,1żyt), chleb graham 25g (1psz,1żyt,1 jęcz), ser twarogowy 50g `(7), sałata strzęp. 30g, herbata czarna b/c 220ml

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

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6),,, polędwica drobiowa 60g (6,9), dżem niskosłodzony brzoskwiowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, roszponka 30g
Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g (1,3), sos koperkowy 100g (1psz), marchew kostka gotowana 130g (1psz), kompot wiśniowy 220ml
Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6), kielbasa szynkowa 60g (1psz), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6),,, polędwica drobiowa 100g (6,9), dżem niskosłodzony brzoskwiowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, roszponka 30g
Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 200g (1,3), sos koperkowy 100g (1psz), marchew kostka gotowana 130g (1psz), kompot wiśniowy 220ml
Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6),,, kielbasa szynkowa 100g (1psz), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza manna na wodzie 400ml (1psz), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6),,, polędwica drobiowa 60g (6,9), dżem niskosłodzony brzoskwiowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, roszponka 30g
Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g (1,3), sos koperkowy 100g (1psz), marchew kostka gotowana 130g (1psz), kompot wiśniowy 220ml
Podwieczorek: Banan 1 szt./ ok. 100g
Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1psz,1żyt,6),,, kielbasa szynkowa 60g (1psz), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,
Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1psz,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), serek wiejski 200g (7), dżem niskosłodzony brzoskwiowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, ogórek kiszony 100g
Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, jajko gotowane 50g 2 szt. (3), sos koperkowy 100g (1psz), surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130g (1psz), kompot wiśniowy 220ml
Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1psz,1żyt), chleb graham 50g (1psz,1żyt,1 jęcz), ser twarogowy z rzodkiewką 50g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g

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]	1975.8	Wartość energetyczna [kcal]	1914.1
Wartość energetyczna [kJ]	8314	Wartość energetyczna [kJ]	8058.4
Białko [g]	83	Białko [g]	81.2
Tłuszcz [g]	58.9	Tłuszcz [g]	54
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.7
Węglowodany ogółem [g]	288.03	Węglowodany ogółem [g]	285.12
Cukry [g]	66.98	Cukry [g]	62.86
Błonnik pokarmowy [g]	19.36	Błonnik pokarmowy [g]	18.69
Sól [g]	2.91	Sól [g]	3.25
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2008.7	Wartość energetyczna [kcal]	2106
Wartość energetyczna [kJ]	8432.3	Wartość energetyczna [kJ]	8865.9
Białko [g]	94.7	Białko [g]	109.5
Tłuszcz [g]	77	Tłuszcz [g]	60.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.5
Węglowodany ogółem [g]	242.53	Węglowodany ogółem [g]	291
Cukry [g]	37.26	Cukry [g]	63.11
Błonnik pokarmowy [g]	16.87	Błonnik pokarmowy [g]	19
Sól [g]	6.88	Sól [g]	4.09
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]	2100	Wartość energetyczna [kcal]	1875.3
Wartość energetyczna [kJ]	8432	Wartość energetyczna [kJ]	7903.5
Białko [g]	94.7	Białko [g]	91.5
Tłuszcz [g]	77	Tłuszcz [g]	45.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	19.6
Węglowodany ogółem [g]	242.53	Węglowodany ogółem [g]	285.85
Cukry [g]	37.26	Cukry [g]	47.29
Błonnik pokarmowy [g]	16.87	Błonnik pokarmowy [g]	20.53
Sól [g]	6.88	Sól [g]	3.1
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	1909
		Wartość energetyczna [kJ]	8032
		Białko [g]	89.1
		Tłuszcz [g]	57.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	23.9
		Węglowodany ogółem [g]	267.33
		Cukry [g]	66.16
		Błonnik pokarmowy [g]	18.48
		Sól [g]	1.85

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