

**DIETA PODSTAWOWA[1]**

**Śniadanie:** kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml, masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), ser żółty 60g (7), dżem truskawkowy 25g, pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

**Obiad:** zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got. 200g (1,3), gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym i kiełbasa zwyczajną 180g (1,6), kompot z porzeczkowy 220ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i groszku zielonego 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150ml (7)

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

**Śniadanie:** masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml

**II Śniadanie:** jogurt naturalny 150ml (7)

**Obiad:** zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got. 200g (1,3), gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym i kiełbasa zwyczajną 180g (1,6), kompot porzeczkowy b/c 220ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i groszku zielonego 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml

**II Kolacja CUKRZ:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) twaróg półtłusty 50g (7), sałata 30g, 3 listki, herbata leśna 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 (1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml

**II Śniadanie:** jogurt naturalny 150ml (7)

**Obiad:** zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got. 200g (1,3), mięso wieprzowe w jarzynach 180g (1,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml

**Podwieczorek:** mus jabłkowy 100g

**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml

**II Kolacja CUKRZ:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1) twaróg półtłusty 50g (7), sałata 30g, 3 listki, herbata leśna 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 (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

**Obiad:** zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got. 200g (1,3), mięso wieprzowe w jarzynach 180g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml

**Podwieczorek:** mus jabłkowy 100g

**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150ml (7)

**DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]**

**Śniadanie:** kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

**Obiad:** zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got. 200g (1,3), mięso wieprzowe w jarzynach 250g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml

**Podwieczorek:** mus jabłkowy 100g

**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i koperku 150g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150ml (7)

**DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]**

**Śniadanie:** kasza manna na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), masło tł.82% 15g (7), polędwica sopocka 80g, pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

**Obiad:** zupa szpinakowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,9), makaron got. 200g (1,3), mięso wieprzowe w jarzynach 180g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml

**Podwieczorek:** mus jabłkowy 100g

**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** soczek owocowy 200ml

**DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [ 1/WE]**

**Śniadanie:** kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), ser żółty 60g (7), dżem truskawkowy 25g, pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

**Obiad:** zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got. 200g (1,3), jarzyny gotowane 200g (1), kompot porzeczkowy 220ml

**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka got. i koperku 100g (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml,

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150ml (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 06.05.2024r.

<b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b>		<b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	2025.8	Wartość energetyczna [kcal]	2240.9
Wartość energetyczna [kJ]	8508.8	Wartość energetyczna [kJ]	9397.4
Białko [g]	83	Białko [g]	90.5
Tłuszcz [g]	74	Tłuszcz [g]	93.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1
Węglowodany ogółem [g]	265.26	Węglowodany ogółem [g]	268.68
Cukry [g]	54.59	Cukry [g]	51.4
Błonnik pokarmowy [g]	16.99	Błonnik pokarmowy [g]	19.12
Sól [g]	5.61	Sól [g]	4.45
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</b>		<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]</b>	
		<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	2112.8	Wartość energetyczna [kcal]	2485.4
Wartość energetyczna [kJ]	8874.4	Wartość energetyczna [kJ]	10416.1
Białko [g]	93.9	Białko [g]	110.5
Tłuszcz [g]	72.6	Tłuszcz [g]	110.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47.2
Węglowodany ogółem [g]	285.52	Węglowodany ogółem [g]	272.29
Cukry [g]	44.38	Cukry [g]	51.52
Błonnik pokarmowy [g]	29.14	Błonnik pokarmowy [g]	18.72
Sól [g]	5.5	Sól [g]	5.7
<b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]</b>		<b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b>	
		<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	2187.3	Wartość energetyczna [kcal]	2144.7
Wartość energetyczna [kJ]	9172.2	Wartość energetyczna [kJ]	8996.3
Białko [g]	94.1	Białko [g]	85.2
Tłuszcz [g]	91.9	Tłuszcz [g]	87.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35
Węglowodany ogółem [g]	254.87	Węglowodany ogółem [g]	263.38
Cukry [g]	40.4	Cukry [g]	42.92
Błonnik pokarmowy [g]	18.15	Błonnik pokarmowy [g]	18.92
Sól [g]	4.26	Sól [g]	4.24
		<b>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</b>	
		<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
		Wartość energetyczna [kcal]	1832.1
		Wartość energetyczna [kJ]	7716.8
		Białko [g]	62.6
		Tłuszcz [g]	48.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.7
		Węglowodany ogółem [g]	294.7
		Cukry [g]	85.06
		Błonnik pokarmowy [g]	17.53
		Sól [g]	4.28

--	--

*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. Gluten. 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 opracowany przez Dietetyka Działu Żywnienia*

*Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia*

*Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW  
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI*

*ZAŁĄCZNIK I*

*ROZPORZĄDZENIA PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011  
SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE  
NIETOLERANCJI*

1. *Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:*
  - a) *syropów glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę ( 1 );*
  - b) *maltodekstryn na bazie pszenicy ( 1 );*
  - c) *syropów glukozowych na bazie jęczmienia;*
  - d) *zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;*
2. *Skorupiaki i produkty pochodne;*
3. *Jaja i produkty pochodne;*
4. *Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem:*
  - a) *żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;*
  - b) *żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;*
5. *Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;*
6. *Soja i produkty pochodne, z wyjątkiem:*
  - a) *całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego ( 1 );*
  - b) *mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D -alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego;*
  - c) *fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego;*
  - d) *estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;*
7. *Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),z wyjątkiem:*
  - a) *serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego,*
  - b) *laktitolu;*
8. *Orzechy, tj. migdały (Amygdalus communis L.), orzechy laskowe (Corylus avellana), orzechy włoskie (Juglans regia), orzechy nerkowca (Anacardium occidentale), orzeszki pekan (Carya illinoensis (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (Bertholletia excelsa), pistacje/orzechy pistacjowe (Pistacia vera), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (Macadamia ternifolia), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;*
9. *Seler i produkty pochodne;*
10. *Gorczyca i produkty pochodne;*
11. *Nasiona sezamu i produkty pochodne;*
12. *Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;*
13. *Łubin i produkty pochodne;*
14. *Mięczaki i produkty pochodne.*
  - 1) *Oraz produkty pochodne, o ile obróbka, jakiej je poddano, najprawdopodobniej nie wpływa na zwiększenie alergenicności, ocenionej przez właściwy organ w odniesieniu do produktu, z którego powstał.*