

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, papryka 100g

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza gryczana 200g, surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa 220ml

Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, papryka 100g

II śniadanie: Kefir naturalny 150 ml (7)

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza gryczana 200g, surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot truskawkowy b/c 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa b/c 220ml

II Kolacja : masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek hochland śmietankowy 40g (7), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa 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), kiełbasa szynkowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g

II śniadanie: Kefir naturalny 150 ml (7)

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, kompot truskawkowy b/c 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa b/c 220ml

II Kolacja: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek hochland śmietankowy 40g (7), herbata brzoskwiniowa b/c 220ml

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

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa 220ml

Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa 100g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), gulasz wieprzowy 250g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 100g (6), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa 220ml

Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa 60g (6), dżem wiśniowy niskosłodzony 25g 1 op., herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,9), gulasz wieprzowy 180g (1), kasza jęczmienna 200g (1), buraczki na ciepło 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa 220ml

Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1 szt. (7), dżem wiśniowy niskosłodzony 25g 1 op., herbata czarna 220ml, papryka 100g

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza gryczana 200g, sos warzywny 200g (1,9), surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek hochland śmietankowy 80g 2 szt (3), sałata 30g, herbata brzoskwiniowa 220ml

Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150 ml (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 15.05.2024 r.

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]	2133	Wartość energetyczna [kcal]	2147.5
Wartość energetyczna [kJ]	8949.8	Wartość energetyczna [kJ]	9017.1
Białko [g]	88.4	Białko [g]	84.8
Tłuszcz [g]	84.3	Tłuszcz [g]	81.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.5
Węglowodany ogółem [g]	265.41	Węglowodany ogółem [g]	275.03
Cukry [g]	50.87	Cukry [g]	59.54
Błonnik pokarmowy [g]	20.63	Błonnik pokarmowy [g]	14.76
Sól [g]	4.14	Sól [g]	3.3
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2297.2	Wartość energetyczna [kcal]	2512.1
Wartość energetyczna [kJ]	10065.8	Wartość energetyczna [kJ]	10530.4
Białko [g]	93.4	Białko [g]	106.6
Tłuszcz [g]	82.8	Tłuszcz [g]	110.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	52.1
Cukry [g]	286.43	Węglowodany ogółem [g]	280.72
Błonnik pokarmowy [g]	38.04	Cukry [g]	61.78
Sól [g]	12.99	Błonnik pokarmowy [g]	15.94
Wartość energetyczna [kcal]	5.33	Sól [g]	4.62
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO - CUKRZYCOWA		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2199.2	Wartość energetyczna [kcal]	2050.2
Wartość energetyczna [kJ]	10040.5	Wartość energetyczna [kJ]	8614.4
Białko [g]	92.9	Białko [g]	75.3
Tłuszcz [g]	79.8	Tłuszcz [g]	72.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.3
Węglowodany ogółem [g]	299.5	Węglowodany ogółem [g]	281.69
Cukry [g]	38.31	Cukry [g]	57.21
Błonnik pokarmowy [g]	12.92	Błonnik pokarmowy [g]	16.23
Sól [g]	3.75	Sól [g]	2.93
		DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2087.3	Wartość energetyczna [kcal]	2087.3
Wartość energetyczna [kJ]	8781	Wartość energetyczna [kJ]	8781
Białko [g]	60.1	Białko [g]	60.1
Tłuszcz [g]	66.9	Tłuszcz [g]	66.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.8
Węglowodany ogółem [g]	317.62	Węglowodany ogółem [g]	317.62
Cukry [g]	77.55	Cukry [g]	77.55
Błonnik pokarmowy [g]	13.24	Błonnik pokarmowy [g]	13.24
Sól [g]	4.36	Sól [g]	4.36

--	--

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 Żywnia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnia

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 glukozy na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);
 - b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);
 - c) syropów glukozy 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.