

**DIETA PODSTAWOWA[1]**

**Śniadanie:** ryż na mleku 400ml (1,7), B/M - ryż na wodzie 400ml(1)  
masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), dżem pomarańczowy 25g 1 szt., herbata leśna 220ml, rzodkiewka 100g  
**Obiad:** Zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), kotlet mielony smażony drobiowy 100g (1,3), szpinak gotowany 130g (7), kompot z jabłek 220ml  
**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 100g (9), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

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

**Śniadanie:** masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata leśna b/c 220ml, rzodkiewka 100g  
**II śniadanie:** kefir naturalny 150 ml (7)  
**Obiad:** Zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), pierś drobiowa gotowana w sosie koperkowym (1) (100g mięso + 100 g sos), szpinak gotowany 130g (7), kompot z jabłek b/c 220ml  
**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 100g (9), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g  
**II Kolacja:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare 20g (7), pomidor 50g, 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 (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata leśna b/c 220ml, pomidor 100g  
**II śniadanie:** kefir naturalny 150 ml (7)  
**Obiad:** Zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), pierś drobiowa gotowana w sosie koperkowym (1) (100g mięso + 100 g sos), szpinak gotowany 130g (7), kompot z jabłek b/c 220ml  
**Podwieczorek:** mus wieloowocowy 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 100g (9), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g  
**II Kolacja:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare 20g (7), pomidor 50g, 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:** ryż na mleku 400ml (1,7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1)  
masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 60g (6), dżem pomarańczowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, pomidor 100g  
**Obiad:** Zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), pierś drobiowa gotowana w sosie koperkowym (1) (100g mięso + 100 g sos), szpinak gotowany 130g (7), kompot z jabłek 220ml  
**Podwieczorek:** mus wieloowocowy 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 100g (9), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

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

**Śniadanie:** ryż na mleku 400ml (1,7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1)  
masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 100g(6), dżem pomarańczowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, pomidor 100g  
**Obiad:** Zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), pierś drobiowa gotowana w sosie koperkowym (1) (200g mięso + 100 g sos), szpinak gotowany 130g (7), kompot z jabłek 220ml  
**Podwieczorek:** mus wieloowocowy 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 150g (9), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

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

**Śniadanie:** ryż na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 60g (6), dżem pomarańczowy 25g 1 szt., herbata leśna 220ml, pomidor 100g  
**Obiad:** Zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), pierś drobiowa gotowana w sosie koperkowym (1) (100g mięso + 100 g sos), szpinak gotowany bez zabielenia 130g , kompot z jabłek 220ml  
**Podwieczorek:** mus wieloowocowy 1 szt.  
**Kolacja:** margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 100g (9), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g  
**Posilek dodatkowy:** soczek marchwiowy 200ml

**DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [ 1/WE]**

**Śniadanie:** ryż na mleku 400ml (1,7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1)  
masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), dżem pomarańczowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, rzodkiewka 100g  
**Obiad:** Zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got. 250g (1), jajko gotowane 2 szt. 100 g (3), w sosie koperkowym 100g (1), szpinak gotowany 130g (7), kompot z jabłek 220ml  
**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta twarogu i warzyw 100g (9), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g  
**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 16.05.2024 r.

<b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b>		<b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	1952.8	Wartość energetyczna [kcal]	2121.3
Wartość energetyczna [kJ]	8207.8	Wartość energetyczna [kJ]	8926.7
Białko [g]	67.2	Białko [g]	87.2
Tłuszcz [g]	64.3	Tłuszcz [g]	63.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35
Węglowodany ogółem [g]	287.61	Węglowodany ogółem [g]	309.22
Cukry [g]	61.63	Cukry [g]	76.91
Błonnik pokarmowy [g]	22.73	Błonnik pokarmowy [g]	18.91
Sól [g]	2.65	Sól [g]	4.45
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b>		<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	1939.7	Wartość energetyczna [kcal]	2327.6
Wartość energetyczna [kJ]	8155.9	Wartość energetyczna [kJ]	9794.6
Białko [g]	82.8	Białko [g]	116.4
Tłuszcz [g]	63.2	Tłuszcz [g]	70.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.6
Węglowodany ogółem [g]	268.67	Węglowodany ogółem [g]	316.05
Cukry [g]	38.49	Cukry [g]	77.43
Błonnik pokarmowy [g]	17.62	Błonnik pokarmowy [g]	19.22
Sól [g]	4.88	Sól [g]	6.26
<b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]</b>		<b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	1971.1	Wartość energetyczna [kcal]	1990.2
Wartość energetyczna [kJ]	8285.3	Wartość energetyczna [kJ]	8378.2
Białko [g]	82.9	Białko [g]	76.8
Tłuszcz [g]	67.6	Tłuszcz [g]	55.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.4
Węglowodany ogółem [g]	265.32	Węglowodany ogółem [g]	305.56
Cukry [g]	37.48	Cukry [g]	66.7
Błonnik pokarmowy [g]	15.37	Błonnik pokarmowy [g]	20.82
Sól [g]	5.15	Sól [g]	4.03
		<b>DIETA WEGETARIANŚKA [1/WE]</b>	
		Wartość energetyczna [kcal]	2069.1
		Wartość energetyczna [kJ]	8707.4
		Białko [g]	83
		Tłuszcz [g]	61.5
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.9
		Węglowodany ogółem [g]	305.32
		Cukry [g]	70.75
		Błonnik pokarmowy [g]	19.06
		Sól [g]	2.15

*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 Żywności*

*Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywności*

*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) *zboż 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 SO<sub>2</sub> 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.*