

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: makaron na mleku na mleku 400ml (1,7), B/M- makaron na mleku na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g(6), dżem niskosłodzony pomarańczowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, ogórek konserwowy 100g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet schabowy wieprzowy smażony 100g (1,3), kapusta po litewsku 130g, kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), herbata malinowa 220ml, rzodkiew biała 100g,

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

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 fromage 40g ½ szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, ogórek konserwowy 100g

II śniadanie: kefir naturalny 150 ml (7)

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 50g, kapusta po litewsku 130g, kompot wiśniowy b/c 220ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), herbata malinowa b/c 220ml, rzodkiew biała 100g

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty ze szczypiorkiem 50g (7), roszonek 30g, 3 listki, 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 (1), chleb graham 50g(1), szynka z indyka 60g(6), serek fromage 40g ½ szt. (7), herbata czarna b/c 220ml, rukola 30g

II śniadanie: kefir naturalny 150 ml (7)

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany 100g sos jarzynowy 130g (1,9), kompot wiśniowy b/c 220 ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana 60g (6), herbata malinowa b/c 220ml, roszonek 30 g

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 50g (7), roszonek 30g, herbata malinowa b/c 220ml

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

Śniadanie: makaron na mleku na mleku 400ml (1,7), B/M- makaron na mleku na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 60g(6), dżem niskosłodzony pomarańczowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, rukola 30g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany 100g, sos jarzynowy 130g (1,9), kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), herbata malinowa 220ml, roszonek 30 g

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: makaron na mleku na mleku 400ml (1,7), B/M- makaron na mleku na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 100g(6), dżem niskosłodzony pomarańczowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, rukola 30g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany 200g, sos jarzynowy 130g (1,9), kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 100g (6), herbata malinowa 220ml, roszonek 30 g

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: makaron na wodzie 400ml(1) margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka z indyka 60g(6), dżem niskosłodzony pomarańczowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, rukola 30g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany 100g, sos jarzynowy 130g (1,9), kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), herbata malinowa 220ml, roszonek 30 g

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: makaron na mleku na mleku 400ml (1,7), B/M- makaron na mleku 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 niskosłodzony pomarańczowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, ogórek konserwowy 100g

Obiad: Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, sos jarzynowy z cieciorą 100g (1,9), kapusta po litewsku 130g, kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), twaróg półtłusty ze szczypiorkiem 100g (7), herbata malinowa 220ml, rzodkiew biała 100g

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 16.06.2024r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1898.9	Wartość energetyczna [kcal]	1857.1
Wartość energetyczna [kJ]	7982	Wartość energetyczna [kJ]	7816.9
Białko [g]	72.5	Białko [g]	87.6
Tłuszcz [g]	64	Tłuszcz [g]	54.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27
Węglowodany ogółem [g]	266.37	Węglowodany ogółem [g]	261.66
Cukry [g]	64.32	Cukry [g]	67.42
Błonnik pokarmowy [g]	16.67	Błonnik pokarmowy [g]	15.79
Sól [g]	5.24	Sól [g]	4.27
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1849.6	Wartość energetyczna [kcal]	2026.2
Wartość energetyczna [kJ]	7769.5	Wartość energetyczna [kJ]	8526
Białko [g]	95.8	Białko [g]	112.2
Tłuszcz [g]	67.5	Tłuszcz [g]	62
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.1
Węglowodany ogółem [g]	221.59	Węglowodany ogółem [g]	262.51
Cukry [g]	38.84	Cukry [g]	67.64
Błonnik pokarmowy [g]	13.76	Błonnik pokarmowy [g]	15.79
Sól [g]	5.24	Sól [g]	5.76
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]	1722.9	Wartość energetyczna [kcal]	1763.9
Wartość energetyczna [kJ]	7247.8	Wartość energetyczna [kJ]	7427.9
Białko [g]	94.8	Białko [g]	82.8
Tłuszcz [g]	54.2	Tłuszcz [g]	48.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	22.9
Węglowodany ogółem [g]	220.71	Węglowodany ogółem [g]	256.62
Cukry [g]	38.78	Cukry [g]	59.08
Błonnik pokarmowy [g]	13.78	Błonnik pokarmowy [g]	15.94
Sól [g]	4.23	Sól [g]	4.07
		DIETA WEGETARIANŚKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	1955.1
		Wartość energetyczna [kJ]	8212.8
		Białko [g]	64.3
		Tłuszcz [g]	70.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41
		Węglowodany ogółem [g]	272.81
		Cukry [g]	73.25
		Błonnik pokarmowy [g]	15.77
		Sól [g]	3.77

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 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.*