

## **Załącznik nr 1 do Opisu Przedmiotu Zamówienia**

**Dopuszczalne, przykładowe rodzaje potraw i produktów przy planowaniu jadłospisów przez Wykonawcę:**

### **Zupy 400 ml**

<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>ŁATWO STRAWNA, BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
Rosół	Rosół	Rosół
Ogórkowa	Ogórkowa	-
Pomidorowa	Pomidorowa	Pomidorowa
Pieczarkowa	Pieczarkowa	-
Czerwony barszcz	Czerwony barszcz	Czerwony barszcz
Koperkowa	Koperkowa	Koperkowa
Żurek	Żurek	-
Kapuśniak	Kapuśniak	-
Krupnik	Krupnik	Krupnik
Szpinakowa	Szpinakowa	Szpinakowa
Jarzynowa	Jarzynowa z warzyw niskowęglowodanowych	Jarzynowa
Brokułowa	Brokułowa	Brokułowa
Kalafiorowa	Kalafiorowa	Kalafiorowa
Botwinka	Botwinka	Botwinka
Kalarepowa	-	-
Grochówka	-	-

**\* Zupy w ilości 400 ml / osobę (wyjątek Oddział Medycyny Paliatywnej 500 ml/osobę) przygotowywane na wywarze mięsno-jarzynowym. Zupy podprawiane zaprawą z mąki i mleka lub mąki i śmietany 12 %. Zabronione jest używanie zasmażek w diecie łatwo strawnej i cukrzycy.**

### Dodatki do zup 50 g

<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>ŁATWO STRAWNA, BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
Makaron nitki do rosołu	Makaron nitki do rosołu	Makaron nitki do rosołu
Ryż biały	Ryż biały	Ryż biały
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna
Kasza pęczak	Kasza pęczak	-
Kasza manna	Kasza manna	Kasza manna
Kasza jaglana	Kasza jaglana	Kasza jaglana
Ziemniaki	Ziemniaki	Ziemniaki
Lane ciasto	-	Lane ciasto
Grzanki	Grzanki z pieczywa pełnoziarnistego	-

**\*Grzanki muszą być podawane osobno**

**\* Dodatki do zup w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów opracowano na podstawie ładunku glikemicznego.**

### Dodatki do zup mlecznych 50 g

**\*Zupa mleczna z mleka 2 % w ilości 350 ml (300 ml mleko 2 %, 50 g dodatek)  
W diecie łatwo strawnej z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów  
nie planuje się zup mlecznych.**

<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA, BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
Kasza manna	Kasza manna
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna łamana drobna
Płatki owsiane	Płatki owsiane
Zacierka	-
Ryż	Ryż
Kasza jaglana	Kasza jaglana
Kasza kukurydziana	Kasza kukurydzian

**Sosy 80 g**

<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>ŁATWO STRAWNA, BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
Koperkowy	Koperkowy	Koperkowy
Beszelowy	-	-
Pomidorowy	Pomidorowy	Pomidorowy
Pietruszkowy	Pietruszkowy	Pietruszkowy
Potrawkowy	Potrawkowy	Potrawkowy
Grzybowy	Grzybowy	-
Chrzanowy	Chrzanowy	-
Śmietanowy	-	-
Cytrynowy	Cytrynowy	Cytrynowy
Pieczeniowy	-	-

**Dodatki skrobiowe do drugich dań 250 g**

<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>ŁATWO STRAWNA, BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
Ziemniaki gotowane, pieczone	Ziemniaki gotowane	Ziemniaki gotowane
Kasza gryczana	Kasza gryczana	-
Ryż brązowy	Ryż brązowy	-
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna pęczak	Kasza jęczmienna łamana

		drobna
Ryż biały krótkoziarnisty	-	Ryż biały krótkoziarnisty
Kluski śląskie	-	Kluski śląskie
Makaron	-	Makaron

### Mięso

<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>ŁATWO STRAWNA, BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
<p>Mięso drobiowe, wieprzowe lub wołowe pieczone, gotowane, duszone</p> <p>Zalecane mięsa do drugich dań: kotlet schabowy, bitka wołowa, pieczeń wieprzowa, udziec z indyka, filec z indyka, udko z kurczaka, filec z kurczaka, pieczeń wołowa, kotlet de volaille, sztuka mięsa wołowego.</p>	<p>Mięso drobiowe, wieprzowe lub wołowe gotowane, duszone bez tłuszczu, pieczone w folii lub pergaminie bez tłuszczu</p> <p>Zalecane mięsa do drugich dań: bitka schabowa, wołowa, udko z kurczaka, udziec z indyka, filec z kurczaka, sztuka mięsa wołowego, filec z indyka.</p>	<p>Mięso drobiowe, młoda wołowina, wieprzowe chude gotowane</p> <p>Zalecane mięsa do drugich dań: bitka schabowa, wołowa, udko z kurczaka, udziec z indyka, filec z kurczaka, sztuka mięsa wołowego, filec z indyka.</p>
<p>Ryby: dorsz smaŹony, gotowany w jarzynach, pieczony</p>	<p>Ryby: dorsz smaŹony, gotowany w jarzynach, pieczony</p>	<p>Ryby: dorsz smaŹony, gotowany w jarzynach, pieczony</p>

**\*wyklucza się mortadelę, MOM, gulasze, potrawki**

**\*\* W diecie łatwo strawnej i łatwo strawnej z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów zabrania się panierowania mięsa i ryb.**

### DODATKI WARZYWNE DO DRUGICH DAŃ 150 g

<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>ŁATWO STRAWNA, BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
Marchewka gotowana, marchewka z groszkiem, surówka z marchwi i jabłka	Surówka z marchwi i jabłka	Marchewka gotowana, surówka z drobno startej marchewki z jabłkiem
Ogórek kiszony, sałatka z ogórka kiszzonego	Ogórek kiszony, sałatka z ogórka kiszzonego	-
Ogórek konserwowy	-	-
Surówka z kapusty białej, kapusta biała gotowana	Surówka z kapusty białej	-
Brokuły	Brokuły	Brokuły
Sałata zielona z sosem winegret lub śmietaną 12 %	Sałata zielona z sosem winegret lub śmietaną 12 %	Sałata zielona z sosem winegret
Kapusta czerwona gotowana	Surówka z kapusty czerwonej	-
Buraki gotowane, buraczki z jabłkiem	-	Buraki gotowane
Surówka z kapusty pekińskiej	Surówka z kapusty pekińskiej	Surówka z kapusty pekińskiej
Surówka z selera i jabłek	Surówka z selera surowego i jabłek	-
Mieszanka warzyw gotowanych (marchew, cukinia, brokuł, kalafior)	-	Mieszanka warzyw gotowanych ( marchewka, cukinia, brokuł)
Surówka z kapusty kiszzonej	Surówka z kapusty kiszzonej	-
Kalafior	Kalafior	-
Mizeria	Mizeria	-

Fasolka szparagowa	Fasolka szparagowa	-
Szpinak	Szpinak	Szpinak

#### Dodatki do pieczywa

<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>ŁATWO STRAWNA, BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
Główne		
Jajko w całości	Jajko w całości	-
Pasta jajeczna z szczypiorkiem/koperkiem	Pasta jajeczna z szczypiorkiem/koperkiem bez dodatku majonezu	Pasta z białek z koperkiem bez dodatku majonezu
Wędlina drobiowa/wieprzowa min. 90 % mięsa	Wędlina drobiowa/wieprzowa min. 90 % mięsa	Wędlina drobiowa/wieprzowa min. 90 % mięsa
Dżem min. 50 % owoców/ 100g (dżem pakowany w wyporcjowanych opakowaniach)	-	Dżem min. 50 % owoców/100 g (dżem pakowany w wyporcjowanych opakowaniach)
Pasta rybna	Pasta rybna	Pasta rybna
Pasztet warzywny	-	Pasztet warzywny
Ser żółty Gouda min. 26 % tłuszczu	-	-
Ser twarogowy półtłusty	Ser twarogowy chudy	Ser twarogowy półtłusty
Pasztet drobiowy/wieprzowy/wołowy	Pasztet drobiowy	-
Kiełbasa wieprzowa/drobiowa/cielęc a frankfurterki min. 90 % mięsa / 100 g	Kiełbasa drobiowa/cielęca min 90 % mięsa / 100 g	Kiełbasa drobiowa/cielęca min. 90 % mięsa / 100g

TŁUSZCZOWE		
<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>ŁATWO STRAWNA, BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
Masło extra 82 % tłuszczu	Masło extra 82 % tłuszczu	Masło extra 82 % tłuszczu
WARZYWNE		
<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>ŁATWO STRAWNA, BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
Pomidor	Pomidor	Pomidor bez skórki
Ogórek zielony	Ogórek zielony	-
Salata zielona,karbowana	Salata zielona,karbowana	Salata zielona,karbowana
Papryka czerwona,żółta świeża/ konserwowa	Papryka czerwona,żółta świeża/ konserwowa	-
Cukinia	Cukinia	Cukinia
Ogórek kiszony	Ogórek kiszony	-
Ogórek konserwowy	-	-
Rzodkiewka	Rzodkiewka	-
Rukola	Rukola	Rukola
Szczypiorek	Szczypiorek	-
Koperek	Koperek	Koperek
OWOCOWE		
Jabłko	Jabłko	Jabłko
Gruszka	Gruszka	-

Banan	-	Banan
Pomarańcza	Pomarańcza	-
Mandarynka	Mandarynka	-
Morela	Morela	Morela
Brzoskwinia	Brzoskwinia	Brzoskwinia
Maliny. Truskawki, Borówki	Maliny. Truskawki, Borówki	Maliny. Truskawki, Borówki
Nektaryna	Nektaryna	Nektaryna

### Pieczywo

<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>ŁATWO STRAWNA. BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
Chleb pszenno-żytni	-	-
Pieczywo pszenne (bułki, baton)		Pieczywo pszenne (bułki, baton)
Bułka żytnia, grahamka	Bułka żytnia, grahamka	-
Rogal	-	Rogal
Chleb graham	Chleb graham	-
Chleb razowy	Chleb razowy	-

### Dodatki białkowe

<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
Kefir	Kefir
Maślanka naturalna, Maślanka smakowa: truskawkowa, owoce leśne, czekoladowa, pieczone jabłko	Maślanka naturalna
Koktajl owocowy na bazie maślanki lub kefiru( z malin/truskawek/	Koktajl owocowy na bazie maślanki lub kefiru (z truskawek/malin/jagód/



jagód/borówek/bananów)	borówek)
Jogurt naturalny lub owocowy	Jogurt naturalny
Jogurt pitny	Jogurt pitny bez dodatku cukru
Galaretka z kefiru	Galaretka z kefiru
Budyń	Budyń bez cukru
Serek waniliowy	-
Serek naturalny	Serek naturalny

### Podwieczorki dla diabetyków

Maślanka naturalna
Kefir
Galaretka z kefiru
Kisiel z jabłkiem
Jabłko, Grejpfrut, Pomarańcza, Brzoskwinia, Gruszka, Mandarynka
Sok pomidorowy
Koktajl z truskawek/malin/jagód/borówek
Budyń bez cukru
Serek naturalny

### Inne potrawy

<b>DIETA PODSTAWOWA, BOGATOBIAŁKOWA PODSTAWA</b>	<b>ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>ŁATWO STRAWNA. BOGATOBIAŁKOWA ŁATWO STRAWNA</b>
Leczo	-	-
Bigos	-	-
Naleśniki z serem/dżemem/budyniem z owocami	Naleśniki z mąki pełnoziarnistej z serkiem naturalnym	Naleśniki z dżemem, serem, budyniem z owocami
Ryż z jabłkiem, masłem i	Ryż brązowy z jabłkiem i	Ryż z gotowanym

cynamonem	cynamonem	jabłkiem, masłem i cynamonem
Papryka faszerowana ryżem, mięsem z warzywami	-	-
Kluski z mięsem	-	Kluski z mięsem
Kluski na parze z owocami	-	Kluski na parze z owocami
Bogracz	-	-
Knedle ze śliwkami	-	Knedle ze śliwkami
Gołąbki w sosie pomidorowym	-	-
Fasolka po bretońsku	-	-
Risotto	Risotto z ryżu brązowego	Risotto
Zapiekanka warzywna	-	Zapiekanka warzywna
Makaron z serem	Makaron pełnoziarnisty z serem	Makaron z serem
Pulpety pieczone	Pulpety gotowane	Pulpety gotowane
Pieczeń rzymska	Pieczeń rzymska	Pieczeń rzymska

**\* Dania z produktów występujących sezonowo wymagane są tylko podczas sezonu na dany produkt.**

**\* Propozycja innych dań tylko po konsultacji z dietetykiem SCP, bez wyrażenia zgody dietetyka nie ma możliwości przygotowania innych dań**