

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.04.2024r. (sobota)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 1 szt 20g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa kapuśniak z ziemniakami 400g (9), kasza gryczana gotowana 200g (1), gulasz drobiowy 180g (1), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i olejem rzepakowym 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), papryka 100g, herbata porzeczkowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 1 szt 20g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (7,9), kasza jęczmienna gotowana 200g (1), gulasz drobiowy 180g (1), sałatka z buraczków i jabłek na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), sałata strzęp. 30g 3 listki, herbata porzeczkowa 220 ml</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 1 szt 20g (7), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>II śniadanie: kefir naturalny 150ml (7)</p> <p>Obiad: zupa kapuśniak z ziemniakami 400g (9), kasza gryczana gotowana 200g (1), gulasz drobiowy 180g (1), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i olejem rzepakowym 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), papryka 100g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 17g, pomidor 50g , herbata porzeczkowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIALKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 100g (6), serek tartare ziołowy 1 szt 20g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (7,9), kasza jęczmienna gotowana 200g (1), gulasz drobiowy 250g (1), sałatka z buraczków i jabłek na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), polędwica miodowa drobiowa 100g (6), sałata strzęp. 30g 3 listki, herbata porzeczkowa 220 ml</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 1 szt 20g (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>II śniadanie: kefir naturalny 150ml (7)</p> <p>Obiad: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (7,9), kasza jęczmienna 200g gotowana (1), gulasz drobiowy 180g (1), sałatka z buraczków i jabłek na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), sałata strzęp. 30g 3 listki, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 17g, pomidor 50g , herbata porzeczkowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa koperkowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (9), kasza jęczmienna gotowana 200g (1), gulasz drobiowy 180g (1), sałatka z buraczków i jabłek na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), sałata strzęp. 30g 3 listki, herbata porzeczkowa 220 ml</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser topiony śmietankowy 100g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa kapuśniak z ziemniakami 400g (9), kasza gryczana gotowana 200g (1), sos jarzynowy 100g (1,9), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i olejem rzepakowym 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 1 szt 50g (3), serek deliser 34g 2 szt, papryka 100g, herbata porzeczkowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g</p>

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1802.4	Wartość energetyczna [kcal]	1916.3
Wartość energetyczna [kJ]	7591.4	Wartość energetyczna [kJ]	8068.8
Białko [g]	96.5	Białko [g]	95.2
Tłuszcz [g]	46	Tłuszcz [g]	52.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	24	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27
Węglowodany ogółem [g]	262	Węglowodany ogółem [g]	275.05
Cukry [g]	47.26	Cukry [g]	51.73
Błonnik pokarmowy [g]	22.94	Błonnik pokarmowy [g]	19.48
Sól [g]	4.76	Sól [g]	5.15
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1757.7	Wartość energetyczna [kcal]	1998.1
Wartość energetyczna [kJ]	7399.9	Wartość energetyczna [kJ]	8414.7
Białko [g]	94.3	Białko [g]	108.4
Tłuszcz [g]	48	Tłuszcz [g]	54.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.6
Węglowodany ogółem [g]	247.66	Węglowodany ogółem [g]	279.12
Cukry [g]	38.21	Cukry [g]	52.05
Błonnik pokarmowy [g]	21.17	Błonnik pokarmowy [g]	19.67
Sól [g]	3.91	Sól [g]	5.98
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]			6.5
parametr	zawartość razem	DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
Wartość energetyczna [kcal]	1776.4	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kJ]	7480.1	Wartość energetyczna [kcal]	1828.1
Białko [g]	90.9	Wartość energetyczna [kJ]	7701.8
Tłuszcz [g]	47.5	Białko [g]	93.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.3	Tłuszcz [g]	46.5
Węglowodany ogółem [g]	256.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	268.55
Cukry [g]	41.47	Węglowodany ogółem [g]	42.07
Błonnik pokarmowy [g]	20.89	Cukry [g]	19.16
Sól [g]	4.03	Błonnik pokarmowy [g]	5.3
		Sól [g]	4.04
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	1869
		Wartość energetyczna [kJ]	7852.5
		Białko [g]	75.8
		Tłuszcz [g]	63
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.9
		Węglowodany ogółem [g]	261.52
		Cukry [g]	52.55
		Błonnik pokarmowy [g]	23.96
		Sól [g]	4.8

--	--

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 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.