

Jadłospis 09.12.2023 – sobota

Legenda alergenów: 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.

DIETA PODSTAWOWA [1]

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posilek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na mleku (350g) (1,7) B/M Płatki jęczmienne na wodzie(350g) (1) 2. Masło tł.82% (20g)(7) 3. Chleb pszenno-żytnie (50g)(1) 4. Chleb graham (25g)(1) 5. Polędwica miodowa(40g)6) 6. Pomidor (50g) 7. Dżem brzoskwiowy 25g, 8. Herbata czarna (220g)	1. Zupa ogórkowa z ziemniakami (350g) (1,7,9) 2.Spaghetti mięsno-warzywne (marchew, pietruszka, seler, cebula) 300g (1,3,9) 3. Kompot z jabłek (220g)	1.Kiwi (100g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g) (7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Pasztet pieczony 40g (6) 5. Ogórek zielony 50g 6. Herbata czarna (220g)	1.Mus truskawkowy 100g

Wartość energetyczna [kcal] 2172.8 [kJ] 9118.2, Białko [g] 81.5, Tłuszcz [g] 83.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 42.2, Węglowodany ogółem [g] 284.25, Cukry [g] 54.01, Błonnik pokarmowy [g] 22.79, Sól [g]5.83.

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

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posilek dodatkowy
1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Chleb pszenno-żytnie (50g)(1) 3. Chleb graham (25g) (1) 4. Polędwica miodowa(40g)6) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata czarnab/c (220g)	1. Zupa ogórkowa z ziemniakami (350g) (1,7,9) 3.Spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9) 4. Kompot z jabłekb/c (220g)	1.Kiwi 1 szt. (100g)	1. Masło tł.82% (20g) (7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Pasztet pieczony 40g (6) 5. Ogórek zielony 50g 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (25g)(1) 3.Chleb graham (25g)(1) 4. Serek tartare 1 szt. (20 g)(7) 5.Pomidor 40g B/M Pomidor 50g 6.Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2057.3 [kJ] 8623, Białko [g] 78.2, Tłuszcz [g] 88.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.9, Węglowodany ogółem [g] 245.26, Cukry [g] 43.98, Błonnik pokarmowy [g] 18.63, Sól [g]5.6.

**ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM
ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6],
WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA**

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Masło tł.82% (20g) (7) 2. Chleb pszenno-żytnie (50g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Połędwica miódowa(40g)6) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Zupa ziemniaczana (350g)(1,7,9) 3.Spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9) 4. Kompot z jabłek b/c (220g)	1.Kiwi 1 szt. (100g)	1. Masło tł.82% (20g) (7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g) (1) 4. Pasztet pieczony 40g (6) 5. Sałata strzępiasta 30g (3 listki) 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Serek tartare 1 szt. (20 g)(7) 5.Pomidor 40g B/MPomidor 50g 6.Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2055.2 [kJ] 8614.2, Białko [g] 78.3, Tłuszcz [g] 88.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.9, Węglowodany ogółem [g] 244.74, Cukry [g] 43.57, Błonnik pokarmowy [g] 18.78, Sól [g] 5.6.

**DIETY: ŁATWOSTRAWNA [KOD 2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH
WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [KOD 4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM
TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[KOD 3]**

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na mleku (350g) (1,7) B/M Płatki jęczmienne na wodzie(350g) (1) 2. Masło tł.82% (20g)(7) 3. Chleb pszenny (75g)(1,6) 4. Połędwica miódowa(40g)6) 5. Pomidor (50g) 6. Dżem brzoskwiniowy 25g, 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa ziemniaczana (350g)(1,7,9) 3.Spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9) 4. Kompot z jabłek (220g)	1.Kiwi (100g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Chleb pszenny (90g) (1,6) 4. Pasztet pieczony 40g (6) 5. Sałata strzępiasta 30g (3 listki) 6. Herbata czarna (220g)	1.Mus truskawkowy 100g

Wartość energetyczna [kcal] 2145.8 [kJ] 9008.9, Białko [g] 80, Tłuszcz [g] 81.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 40.3, Węglowodany ogółem [g] 280.31, Cukry [g] 59, Błonnik pokarmowy [g] 16.85, Sól [g] 6.02.

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [KOD WE]

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na mleku (350g) (1,7) B/M Płatki jęczmienne na wodzie(350g) (1) 2. Masło tł.82% (20g)(7) 3. Chleb pszenno-żytnie (50g)(1) 4. Chleb graham (25g)(1) 5. Ser topiony (50g)(7) 6. Pomidor (50g) 7.Dżem brzoskw. 25g,1szt 8. Herbata czarna (220g)	1. Zupa ogórkowa z ziemniakami (350g)(1,7,9) 2.Spaghetti warzywne 300g (1,3,9) 3. Kompot z jabłek (220g)	1.Kiwi (100g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Jajko gotowane 2 szt. (100g) (3) 5. Ogórek zielony 50g 6. Herbata czarna (220g)	1.Mus truskawkowy 100g

Wartość energetyczna [kcal] 2046.8 [kJ] 8578.5, Białko [g] 74.5, Tłuszcz [g]86.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39.2, Węglowodany ogółem [g] 255.49, Cukry [g] 52.43, Błonnik pokarmowy [g] 25.42, Sól [g]5.78

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKOBIAŁKOWA)

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na mleku (350g) (1,7) B/M Płatki jęczmienne na wodzie(350g) (1) 2. Masło tł.82% (20g)(7) 3. Chleb pszenny (75g) (1,6) 4. Połędwica miodowa(80g) 66) 5. Pomidor (50g) 6. Dżem brzoskwiniowy 25g, 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa ziemniaczana (350g)(1,7,9) 3.Spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9) 4. Kompot z jabłek (220g)	1.Kiwi (100g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Chleb pszenny (90g) (1,6) 4. Pasztet pieczony 80g (6) 5. Sałata strzępiasta 30g (3 listki) 6. Herbata czarna (220g)	1.Mus truskawkowy 100g

Wartość energetyczna [kcal] 2392.3 [kJ]10036.6, Białko [g] 101.5, Tłuszcz [g]95.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 45.4, Węglowodany ogółem [g] 293.1, Cukry [g] 46.04, Błonnik pokarmowy [g] 22.87, Sól [g]6.88.

DIETA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA [KOD 11/ML]

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na wodzie(350g) (1) 2. Masło tł.82% (20g)(7) 3. Chleb pszenny (75g)(1,6) 4. Połędwica miodowa(40g)6) 5. Pomidor (50g) 6. Dżem brzoskwiniowy 25g, 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa ziemniaczana (350g)(1,7,9) 3.Spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9) 4. Kompot z jabłek (220g)	1.Kiwi (100g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g) (7) 2. Chleb pszenny (90g) (1,6) 4. Pasztet pieczony 40g (6) 5. Sałata strzępiasta 30g (3 listki) 6. Herbata czarna (220g)	1.Mus truskawkowy 100g

Wartość energetyczna [kcal] 2009.5 [kJ]8433.4, Białko [g] 73.2, Tłuszcz [g]76.7, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 36.7, Węglowodany ogółem [g]267.38, Cukry [g] 52.06, Błonnik pokarmowy [g] 22.1, Sól [g]5.83.

b/c – bez cukru

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.

Jadłospis opracowany przez dietetyka i starszego referenta Działu Żywnienia

Jadłospis zatwierdzony przez: Kierownika Działu Żywnienia.

Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI

ZAŁĄCZNIK II

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 powstały.