

Jadłospis 10.12.2023 – niedziela

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	posiłek dodatkowy
1. Ryż na mleku (7) (350g) B/M ryż na wodzie(350) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenno-żytnie (50g)(1) 4. Chleb graham (25g)(1) 5. Szynka delikatesowa z kurcząt (40g)(6) 6. Ogórek kiszony (50g) 7. Miód pszczeli (25g) 8. Herbata malinowa (220g)	1. Rosół z makaronem (350g)(1,3,9) 2. Pieczeń duszona wieprzowa w sosie własnym (120g)(1) 3. Ziemniaki średnio (250g) 4. Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym (130g) 5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, truskawka malina(220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (70g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Kielbasa krakowska (40g)(6) 5. Rzodkiewka (30g)-3 szt. 6. Herbata czarna (220g)	1. Mus brzoskwinowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2362.9 [kJ] 9939.6, Białko [g] 93, Tłuszcz [g] 83.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 31.4, Węglowodany ogółem [g] 346.98, Cukry [g] 42.92, Błonnik pokarmowy [g] 24.71, Sól [g] 5.46.

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

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (50g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Szynka delikatesowa z kurcząt (40g)(6) 5. Ogórek kiszony (50g) 6. Herbata malinowa b/c (220g)	1. Rosół z makaronem (350g)(1,3,9) 2. Bitka ze schabu duszona (120g)(1) 3. Ziemniaki średnio (250g) 4. Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym (130g) 5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, truskawka malina b/c (220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (70g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Kielbasa krakowska (40g)(6) 5. Rzodkiewka (30g)-3 szt. 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Masło tł. 82% (5g)(7) 2. Chleb pszenno-żytni (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Serek deliser 17g (7) B/M pomidor 50g 5. Pomidor 40g 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2022.3 [kJ] 8481.2, Białko [g] 81.7, Tłuszcz [g] 81.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.2, Węglowodany ogółem [g] 253.04, Cukry [g] 26.18, Błonnik pokarmowy [g] 24.38, Sól [g] 6.1

**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. Pieczywo pszenno-żytnie (50g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Szyńka delikatesowa z kurcząt (40g)(6) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata malinowa b/c (220g)	1. Rosół z makaronem (350g)(1,3,9) 2. Bitka ze schabu duszona (120g)(1) 3. Ziemniaki średnio (250g) 4. Buraczki na ciepło (130g)(1) 5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, truskawka malina) b/c (220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (70g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Kielbasa krakowska (40g)(6) 5. Sałata strzepiasta (30g) 3 szt. 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Masło tł.82% (5g)(7) 2. Chleb pszenno-żytni (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Serek deliser 17g (7) B/M pomidor 50g 5. Pomidor 40g 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2060.3 [kJ] 8638, Białko [g] 81.8, Tłuszcz [g] 84.7, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.5, Węglowodany ogółem [g] 254.86, Cukry [g] 27.67, Błonnik pokarmowy [g] 24.85, Sól [g] 5.5.

**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. Ryż na mleku (7) (350g) B/M ryż na wodzie(350) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 5. Szyńka delikatesowa z kurcząt (40g)(6) 6. Pomidor (50g) 7. Miód pszczeli (25g) 8. Herbata malinowa (220g)	1. Rosół z makaronem (350g)(1,3,9) 2. Bitka ze schabu duszona (120g)(1) 3. Ziemniaki średnio (250g) 4. Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym (130g) 5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, truskawka malina)(220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (70g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Kielbasa krakowska (40g)(6) 5. Sałata strzepiasta (30g)-3 szt. 6. Herbata czarna (220g)	1. Mus brzoskwiniowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2392.4 [kJ] 10064.4, Białko [g] 89.9, Tłuszcz [g] 74.6, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 38.5, Węglowodany ogółem [g] 350.16, Cukry [g] 37.07, Błonnik pokarmowy [g] 20.01, Sól [g] 4.35.

DIETA WEGETARIAŃSKA [KOD WE]

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Ryż na mleku (7) (350g) B/M ryż na wodzie(350) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenno-żytnie (50g)(1) 4. Chleb graham (25g)(1) 5. Serek tartare (40g)(6) 6. Ogórek kiszony (50g) 7. Miód pszczeli (25g) 8. Herbata malinowa (220g)	1. Rosół z makaronem (350g)(1,3,9) 2. Jajka gotowane (100g)(3) 3. Ziemniaki średnio (250g) 4. Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym(130g) 5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, truskawka malina(220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (70g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Twarożek (140g)(7) 5.Rzodkiewka(30g)3 szt. 6. Herbata czarna (220g)	1. Mus brzoskwinio wy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2441.6 [kJ] 8578.5, Białko [g] 83.5, Tłuszcz [g] 79.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g]40.4, Węglowodany ogółem [g] 356.75, Cukry [g] 41.46, Błonnik pokarmowy [g] 19.85, Sól [g] 3.87.

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKOBIAŁKOWA)

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Ryż na mleku (7) (350g) B/M ryż na wodzie(350) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 5. Szynka delikatesowa z kurcząt (80g)(6) 6. Pomidor (50g) 7. Miód pszczeli (25g) 8. Herbata malinowa (220g)	1. Rosół z makaronem (350g)(1,3,9) 2. Bitka ze schabu duszona (120g)(1) 3. Ziemniaki średnio (250g) 4. Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym (130g) 5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, truskawka malina(220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (70g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Kielbasa krakowska (80g)(6) 5. Sałata strzepiasta (30g)-3 szt. 6. Herbata czarna (220g)	1. Mus brzoskwinio wy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2458.6 [kJ]10344.5, Białko [g] 103.7, Tłuszcz [g]175.801.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 38.8, Węglowodany ogółem [g] 350.31, Cukry [g] 37.18, Błonnik pokarmowy [g] 20.01, Sól [g]6.

DIETA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA [KOD 11/ML]

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Ryż na wodzie (350g) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 5. Szynka delikatesowa z kurcząt (40g)(6) 6. Pomidor (50g) 7. Miód pszczeli (25g) 8. Herbata malinowa (220g)	1. Rosół z makaronem (350g)(1,3,9) 2. Bitka ze schabu duszona (120g)(1) 3. Ziemniaki średnio (250g) 4. Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym (130g) 5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, truskawka malina(220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (70g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Kielbasa krakowska (40g)(6) 5. Sałata strzepiasta (30g)-3 szt. 6. Herbata czarna (220g)	1. Mus brzoskwinio wy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2288.8 [kJ]9631.1, Białko [g] 83.7, Tłuszcz [g]69.4, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 34.9, Węglowodany ogółem [g]342.16, Cukry [g] 36.85, Błonnik pokarmowy [g] 19.78, Sól [g]4.03.

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

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 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