

Jadłospis 19.12.2023 – Wtorek

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. Kasza manna na mleku (1,7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g(1), Chleb Graham 25g(1), (75g) 4. Kielbasa szynkowa (6) (40g) 5. Ser żółty salami (7) (40g) 6. Ogórek zielony (50g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa jarzynowa z groszkiem konserwowym (1,7,9) (350g) 2. Makaron z serem (1,3,7) (300g) 3. Jabłko (150g) 4. Kompot z czarnej porzeczki (220g)	1. Mus truskawkowo-bananowy (100g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), (90g) 3. Parówka drobiowa (6) (100g) 4. Ketchup łagodny (20g) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata truskawka (220g)	1. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (7) (150g)

Wartość energetyczna [kcal] 2468.1, [kJ] 10346.2, Białko [g] 95.1, Tłuszcz [g] 109.2, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 54.8, Węglowodany ogółem [g] 282.78, Cukry [g] 52.08, Błonnik pokarmowy [g] 13.35, Sól [g] 5.06.

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

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g(1), Chleb Graham 25g(1), (75g) 3. Kielbasa szynkowa (6)(40g) 4. Ser żółty salami (7) (40g) 5. Ogórek zielony (20g) 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Zupa jarzynowa z groszkiem konserwowym (1,7,9)(350g) 2. Kluski śląskie z masłem(1,3)300g, 6szt. 3. Szpinak got. (1) 130g 4. Jabłko (150g) 5. Kompot z czarnej porzeczki b/c (220g)	1. Serek wiejski naturalny (200g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g(1), Chleb Graham 25g(1), (90g) 3. Parówki drobiowe (6)(100g) 4. Ketchup łagodny (20g) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata truskawka b/c(220g)	1. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 25g (1), Chleb Graham 25g (1), (50g) 2. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (150g) 3. Masło tł. 82% (7) (5g) 4. Pomidor (30g) 5. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2179.7, [kJ] 9128.7, Białko [g] 78.6, Tłuszcz [g] 78.6, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 52, Węglowodany ogółem [g] 245.02, Cukry [g] 39.12, Błonnik pokarmowy [g] 15.53, Sól [g] 6.33.

ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6],

WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g(1), Chleb Graham 25g(1), (75g) 3. Kielbasa szynkowa (6) (40g) 4. Serek tartare (7)(20g) 5. Sałata strzypiasta (20g) 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami (1,7,9) (350g) 2. Kluski śląskie z masłem(1,3)300g, 6szt. 3. Szpinak got. (1) 130g 4. Jabłko (150g) 5. Kompot z czarnej porzeczki b/c (220g)	1. Serek wiejski naturalny (200g)	1. Masło tł. 82%(7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g(1), Chleb Graham 25g(1), (90g) 3. Parówki drobiowe (6) (100g) 4. Ketchup (20g) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata truskawka b/c(220g)	1. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 25g (1), Chleb Graham 25g (1), (50g) 2. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (150g) 3. Masło tł. 82% (7) (5g) 4. Pomidor (30g) 5. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2119.2, [kJ] 8871.2, Białko [g] 56.7, Tłuszcz [g]100.4, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 43.1, Węglowodany ogółem [g] 256.7, Cukry [g] 42.98, Błonnik pokarmowy [g] 19.47, Sól [g]4.56.

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. Kasza manna na mleku (1,7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Chleb pszenny (1,6) 75g 4. Kielbasa szynkowa (6) (40g) 5. Serek tartare (7) (40g) 6. Sałata strzypiasta (20g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami (1,7,9) (350g) 2. Kluski śląskie z masłem (1,3,7) (300g) 3. Szpinak got.(1) 130g 4.Jabłko (150g) 5. Kompot z czarnej porzeczki (220g)	1. Mus truskawkowo-bananowy (100g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), (90g) 3. Parówka drobiowa (6) (100g) 4. Ketchup (20g) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata truskawka (220g)	1. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (7) (150g)

Wartość energetyczna [kcal] 2148.8, [kJ] 8871.2, Białko [g] 57.3, Tłuszcz [g]100.4, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 47, Węglowodany ogółem [g] 261.14, Cukry [g] 43.15, Błonnik pokarmowy [g] 19.88, Sól [g]4.57.

DIETA WEGETARIAŃSKA [KOD WE]

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza manna na mleku (1,7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g(1), Chleb Graham 25g(1), (75g) 4. Ser żółty salami (7) (60g) 5. Ogórek zielony (50g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Zupa jarzynowa z groszkiem konserwowym (1,7,9) (350g) 2. Makaron z serem (1,3,7) (300g) 3. Jabłko (150g) 4. Kompot z czarnej porzeczki (220g)	1. Mus truskawko wo-bananowy (100g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), (90g) 3. Serek wiejski (7) (200g) 4. Miód naturalny (25g) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata truskawka (220g)	1. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (7) (150g)

Wartość energetyczna [kcal] 2397.8, [kJ] 10078.8, Białko [g] 105.4, Tłuszcz [g]84.1, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 49.6, Węglowodany ogółem [g] 311.38, Cukry [g] 57.16, Błonnik pokarmowy [g] 13.35, Sól [g]3.58

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKOBIAŁKOWA)

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza manna na mleku (1,7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Chleb pszenny (1,6) 75g 4. Kielbasa szynkowa (6) (80g) 5. Serek tartare (7) (40g) 6. Sałata strzypiasta (20g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami (1,7,9) (350g) 2. Kluski śląskie z masłem (1,3,7) (300g) 3. Szpinak got.(1) 130g 4. Jabłko (150g) 5. Kompot z czarnej porzeczki (220g)	1. Mus truskawkowo-bananowy (100g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), (90g) 3. Parówka drobiowa (6) (200g) 4. Ketchup łagodny (20g) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata truskawka (220g)	1. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (7) (150g)

Wartość energetyczna [kcal] 2585.2, [kJ]10801.9, Białko [g]69.6, Tłuszcz [g]140.6, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 57.2, Węglowodany ogółem [g] 269.86, Cukry [g] 43.44, Błonnik pokarmowy [g] 19.18, Sól [g]6.52

DIETA ELIMINACYJNA BEZMŁECZNA [KOD 11/ML]

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza manna na wodzie (1,7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Chleb pszenny (1,6) 75g 4. Kielbasa szynkowa (6) (60g) 5. Sałata strzypiasta (20g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami (1,7,9) (350g) 2. Kluski śląskie z masłem (1,3,7) (300g) 3. Szpinak got.(1) 130g 4. Jabłko (150g) 5. Kompot z czarnej porzeczki (220g)	1. Mus truskawkowo-bananowy (100g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), (90g) 3. Parówka drobiowa (6) (200g) 4. Ketchup łagodny (20g) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata truskawka (220g)	1. Sok wieloowocowy 200ml

Wartość energetyczna [kcal] 2060.9, [kJ]8629.6, Białko [g]48.5, Tłuszcz [g]95.6, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 38.9, Węglowodany ogółem [g] 260.99, Cukry [g] 49.59, Błonnik pokarmowy [g] 19.18, Sól [g]4.57

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 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