

Jadłospis 16.12.2023 – 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	podwieczerek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza jaglana na mleku (7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7) (20g) 3. Chleb pszenno-żytni (1) (50g) 4. Chleb Graham (1) (25g) 5. Szynka konserwowa (6)(40g) 6. Rzodkiewka (30g) 7. Herbata czarna (220g) 8. Miód pszczoły (25g)	1. Zupa krupnik (1,9) (350g) 2. Ziemniaki gotowane (250g) 3. Mięso w jarzynach duszone(1,9) (200g) 4. Kompot truskawkowy (220g)	1. Jabłko (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), 3. Kielbasa mortadela (6)(40g) 4. Pomidor (50g) 5. Herbata owocowa (220g)	1. Mus jabłkowo - brzoskwiniowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2032.2 [kJ] 8546.8, Białko [g] 60.8, Tłuszcz [g] 63.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30.3, Węglowodany ogółem [g] 313.89, Cukry [g] 58.02, Błonnik pokarmowy [g] 30.77, Sól [g] 3.35.

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

śniadanie	obiad	podwieczerek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2 Chleb pszenno-żytni (1) (50g) 3. Chleb Graham (1) (25g) 4. Szynka konserwowa (6)(40g) 5. Rzodkiewka (30g) 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Zupa krupnik (1,9) (350g) 2. Ziemniaki gotowane (250g) 3. Mięso w jarzynach duszone(1,9) (200g) 4. Kompot truskawkowy b/c (220g)	1. Jabłko (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), 3. Kielbasa mortadela (6)(40g) 4. Pomidor (50g) 5. Herbata owocowa b/c (220g)	1. Masło tł.82%(7)(5g) 2. Chleb pszenno-żytni (1) (25g) 3. Chleb graham (1)(25g) 4. Serek tartare (7) 40 g 2 szt. 5.Ogórek zielony 30g, 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2048.6 [kJ] 8616.9 Białko [g] 60.5, Tłuszcz [g] 64.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30.5, Węglowodany ogółem [g] 316.05, Cukry [g] 44.77, Błonnik pokarmowy [g] 30.07, Sól [g] 3.72.

**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% (7) (20g) 2 Chleb pszenno-żytni (1) (50g) 3. Chleb Graham (1) (25g) 4. Szynka konserwowa (6)(40g) 5. Sałata (30g) 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Zupa krupnik (1,9) (350g) 2. Ziemniaki gotowane (250g) 3. Mięso w jarzynach duszone(1,9) (200g) 4. Kompot truskawkowy b/c (220g)	1. Jabłko (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), 3. Kielbasa mortadela (6)(40g) 4. Pomidor (50g) 5. Herbata owocowa b/c (220g)	1. Masło tł.82%(7)(5g) 2. Chleb pszenno-żytni (1)(25g) 3. Chleb graham (1)(25g) 4. Serek tartare (7) 40 g 2 szt. 5. Pomidor 30g, 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2052.8 [kJ] 8635 Białko [g] 60.8, Tłuszcz [g] 64.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30.5, Węglowodany ogółem [g] 316.7, Cukry [g] 45.41, Błonnik pokarmowy [g] 28.47, Sól [g]3.72.

**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 jaglana na mleku (7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7) (20g) 3. Pieczywo pszenne (75g) (1,6) 5. Szynka konserwowa (6) (40g) 6. Sałata strzypiasta (30g) 7. Herbata czarna (220g) 8. Miód pszczeli (25g)	1. Zupa krupnik (1,9) (350g) 2. Ziemniaki gotowane (250g) 3. Mięso w jarzynach duszone(1,9) (200g) 4. Kompot truskawkowy (220g)	1. Jabłko (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne (90g)(1,6) 3. Kielbasa mortadela (6)(40g) 4. Pomidor (50g) 5. Herbata owocowa (220g)	1. Mus jabłkowo - brzoskwinowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2040.8 [kJ] 8583.2 Białko [g] 60.3, Tłuszcz [g] 64, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30.3, Węglowodany ogółem [g] 316.02, Cukry [g] 57.6, Błonnik pokarmowy [g] 30.47, Sól [g]3.32.

DIETA WEGETARIAŃSKA [KOD WE]

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza jaglana na mleku (7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7) (20g) 3. Chleb pszenno-żytni (1) (50g) 4. Chleb Graham (1) (25g) 5. Serek wiejski (7)(40g) 6. Rzodkiewka (30g) 7. Herbata czarna (220g) 8. Miód pszczeli (25g)	1. Zupa krupnik (1,9) (350g) 2. Ziemniaki gotowane (250g) 3. Sos z jarzyn duszonych(1,9) (200g) 4. Kompot truskawkowy (220g)	1. Jabłko (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), 3. Chleb Graham 25g (1), 4. Serek tartare (7) (40g) 2 szt 5. Pomidor (50g) 6. Herbata owocowa (220g)	1. Mus jabłkowo - brzoskwinowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2049.5 [kJ] 8633.1 Białko [g] 66.5, Tłuszcz [g] 55.1, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30.3, Węglowodany ogółem [g] 330.31, Cukry [g] 60.21, Błonnik pokarmowy [g] 30.24, Sól [g]3.11.

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKOBIAŁKOWA)

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza jaglana na mleku (7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7) (20g) 3. Pieczywo pszenne (75g) (1,6) 5. Szynka konserwowa (6) (80g) 6. Sałata strzępiasta (30g) 7. Herbata czarna (220g) 8. Miód pszczeli (25g)	1. Zupa krupnik (1,9) (350g) 2. Ziemniaki gotowane (250g) 3. Mięso w jarzynach duszone(1,9) (250g) 4. Kompot truskawkowy (220g)	1. Jabłko (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne (90g)(1,6) 3. Kiełbasa mortadela (6)(80g) 4. Pomidor (50g) 5. Herbata owocowa (220g)	1. Mus jabłkowo - brzoskwinio wy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2206.4 [kJ] 9272.9 Białko [g] 73.6, Tłuszcz [g] 74.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 33.6, Węglowodany ogółem [g] 320.49, Cukry [g] 59.53, Błonnik pokarmowy [g] 31.75, Sól [g] 4.81.

DIETA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA [KOD 11/ML]

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza jaglana na wodzie (350g) 2. Masło tł. 82% (7) (20g) 3. Pieczywo pszenne (75g) (1,6) 5. Szynka konserwowa (6) (40g) 6. Sałata strzępiasta (30g) 7. Herbata czarna (220g) 8. Miód pszczeli (25g)	1. Zupa krupnik (1,9) (350g) 2. Ziemniaki gotowane (250g) 3. Mięso w jarzynach duszone(1,9) (200g) 4. Kompot truskawkowy (220g)	1. Jabłko (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne (90g)(1,6) 3. Kiełbasa mortadela (6)(40g) 4. Pomidor (50g) 5. Herbata owocowa (220g)	1. Mus jabłkowo - brzoskwinio wy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2053.1, [kJ] 8633.2, Białko [g] 62.9, Tłuszcz [g] 65.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 28.7, Węglowodany ogółem [g] 312.38, Cukry [g] 59, Błonnik pokarmowy [g] 30.88, Sól [g] 3.92.

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 glukozyowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);
- b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);
- c) syropów glukozyowych 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