

Jadłospis 04.12.2023 - poniedziałek

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	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza kukurydziana na mleku (350g)(7) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenno-żytnie (50g)(1) 4. Chleb graham (25g)(1) 5. Kielbasa szynkowa z (40g)(6) 6. Ogórek kiszony (60g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Żurek z kielbasą i ziemniakami (350g)(1,6,9) 2. Makaron z jabłkami (1,3)(300g) 3. Galaretka o smaku truskawkowym do picia (220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (55g)(1) 3. Chleb graham (35g)(1) 4. Pasta z sera żółtego i jaj (70g) (3,7) 5. Jabłko (150g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Jogurt naturalny (150g)(7)

Wartość energetyczna [kcal] 2241.5, [kJ] 9427.9, Białko [g] 56, Tłuszcz [g] 73.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30.7, Węglowodany ogółem [g] 345.52, Cukry [g] 40.08, Błonnik pokarmowy [g] 13.55, Sól [g] 5.21.

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

śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza kukurydziana na mleku (350ml) (7) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1) 4. Kielbasa szynkowa (40g)(6) 6. Pomidor (50g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa marchwianka (350g)(1,7,9) 2. Makaron z jabłkami (300g) (1,3) 3. Galaretka o smaku truskawkowym do picia(220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (55g)(1) 3. Chleb graham (35g)(1) 4. Pasta z białek jaj, twarogu i natki pietruszki (70g)(3,7) 5. Jabłko (150g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Jogurt naturalny (150g)(7)

Wartość energetyczna [kcal] 2425.8, [kJ] 10201.8, Białko [g] 67.4, Tłuszcz [g] 79.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 33, Węglowodany ogółem [g] 367.21, Cukry [g] 42.07, Błonnik pokarmowy [g] 15.99, Sól [g] 4.29.

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

śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (50g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Kielbasa szynkowa z (40g)(6) 5. Ogórek kiszony (60g) 6. Herbata czarna bez cukru (220g)	1. Żurek z kielbasą i ziemniakami (350g)(1,6,9) 2. Makaron pełnoziarnisty z serem białym (1,3, 7) (300g) 3. Kompot truskawkowy bez cukru (220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (55g)(1) 3. Chleb graham (35g)(1) 4. Pasta z sera żółtego i jaj (70g) (3,7) 5. Jabłko (150g) 6. Herbata czarna bez cukru (220g)	1. Masło tł. 82% (5g)(7) 2. Chleb pszenno-żytni (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Jogurt naturalny (150g)(7)

Wartość energetyczna [kcal] 2043.6 [kJ] 8576, Białko [g] 78.7, Tłuszcz [g] 75.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30.6, Węglowodany ogółem [g] 277, Cukry [g] 29.15, Błonnik pokarmowy [g] 29.67, Sól [g] 6.15.

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

śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (50g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Kielbasa szynkowa z (40g)(6) 5. Pomidor (60g) 6. Herbata czarna bez cukru (220g)	1. Zupa marchwianka i ziemniakami (350g)(1,6,9) 2. Makaron z jabłkiem (1,3,) (300g) 3. Kompot truskawkowy bez cukru (220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (55g)(1) 3. Chleb graham (35g)(1) 4. Pasta z białek jaj, twarogu i natki pietruszki (70g) (3,7) 5. Jabłko (150g) 6. Herbata czarna bez cukru (220g)	1. Masło tł. 82% (5g)(7) 2. Chleb pszeny (25g)(1) 4. Jogurt naturalny (150g)(7)

Wartość energetyczna [kcal] 2274.9 [kJ] 9569.4, Białko [g] 53.7, Tłuszcz [g] 69.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 27.8, Węglowodany ogółem [g] 370.44, Cukry [g] 32.15, Błonnik pokarmowy [g] 24.17, Sól [g] 5.12.

DIETA WEGETARIAŃSKA [KOD WE]

śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza kukurydziana na mleku (350ml) (7) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1) 4. Serek tartare 2 szt (40g) 6. Pomidor (50g) 8. Herbata czarna (220g)	1. Zupa marchwianka (350g) (1,7,9) 2. Makaron z jabłkami (300g) (1,3) 3. Galaretka o smaku truskawkowym do picia (220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (55g)(1) 3. Chleb graham (35g)(1) 4. Pasta z białek jaj, twarogu i natki pietruszki (70g)(3,7) 5. Jabłko (150g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Jogurt naturalny (150g)(7)

Wartość energetyczna [kcal] 2413 [kJ] 10146.1, Białko [g] 61.8, Tłuszcz [g] 80.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 34, Węglowodany ogółem [g] 367.39, Cukry [g] 42.15, Błonnik pokarmowy [g] 15.99, Sól [g] 3.55.

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKOBIAŁKOWA)

śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza kukurydziana na mleku (350ml)(7) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1) 4. Kielbasa szynkowa (80g)(6) 6. Pomidor (50g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa marchwianka (350g) (1,7,9) 2. Makaron z jabłkami (300g) (1,3) 3. Jogurt naturalny 150g(7) 4. Galaretka o smaku truskawkowym do picia(220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (55g)(1) 3. Chleb graham (35g)(1) 4. Pasta z białek jaj, twarogu i natki pietruszki (140g)(3,7) 5. Jabłko (150g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Jogurt naturalny (150g)(7)

Wartość energetyczna [kcal] 2347 [kJ] 9856.3, Białko [g] 78.3, Tłuszcz [g] 86.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 36.1, Węglowodany ogółem [g] 322.45, Cukry [g] 42.01, Błonnik pokarmowy [g] 19.46, Sól [g] 6.48.

DIETA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA [KOD 11/ML]

śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza kukurydziana na wodzie (350ml) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1) 4. Kielbasa szynkowa (40g)(6) 6. Pomidor (50g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa marchwianka (350g) (1,9) 2. Makaron z jabłkami (300g) (1,3) 3. Galaretka o smaku truskawkowym do picia(220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (55g)(1) 3. Chleb graham (35g)(1) 4. Jajko gotowane 2 szt. (70g)(3) 5. Jabłko (150g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Mus truskawkowy (100g)(7)

Wartość energetyczna [kcal] 2320.4 [kJ] 9758.3, Białko [g] 60.4, Tłuszcz [g] 75.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30.3, Węglowodany ogółem [g] 358.92, Cukry [g] 35.01, Błonnik pokarmowy [g] 18.47, Sól [g] 3.96.

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 Zespół Żywnościowy: dietetyk, starszy referent.

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.