

Jadłospis 05.12.2023 – 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	posilek dodatkowy
1. Płatki owsiane na mleku (1,7) (350g) 2. Masło tł.82% (20g) (7) 3. Chleb pszenno-żytnie (50g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Szynka delikatesowa z kurcząt (40g)(6) 5. Sałata strzypiasta (30g) 6. Miód pszczeli (25g) 7. Herbata poziomkowa (220g)	1. Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami (350g)(1,7,9) 2. Kasza jęczmienna (200g)(1) 3. Pulpety wieprzowy gotowany (80g)(1,3) 4. Sos koperkowy (100g)(1) 5. Surówka z kapusty białej z olejem rzepakowym (130g) 6. Mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka, malina) (220g)	1. Mus truskawkowy 100 g	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Salceson drobiowy (40g)(6) 5. Rzodkiewka (30g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Kefir naturalny (150g)(7)

Wartość energetyczna [kcal] 2281 [kJ] 9581.1, Białko [g] 75.7, Tłuszcz [g] 79.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 41.7, Węglowodany ogółem [g] 327.8, Cukry [g] 36.01, Błonnik pokarmowy [g] 26.35, Sól [g] 4.33.

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	posilek dodatkowy
1. Płatki owsiane na mleku (350ml) (7) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 4. Szynka delikatesowa z kurcząt (40g)(6) 5. Sałata strzypiasta (30g) 6. Miód pszczeli (25g) 7. Herbata poziomkowa (220g)	1. Barszcz czerwony ziemniakami (350g)(1,7,9) 2. Kasza jęczmienna (200g)(1) 3. Pulpety wieprzowy gotowany (80g)(1,3) 4. Sos koperkowy (100g)(1) 5. Marchew gotowana z jabłkiem (130g)(1) 6. Mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka, malina) (220g)	1. Mus truskawkowy 100 g	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 3. Salceson drobiowy (40g)(6) 4. Pomidor (150g) 5. Herbata czarna (220g)	1. Kefir naturalny (150g)(7)

Wartość energetyczna [kcal] 2298.9 [kJ] 9662.8, Białko [g] 77.5, Tłuszcz [g] 77.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39.4, Węglowodany ogółem [g] 331.81, Cukry [g] 37.97, Błonnik pokarmowy [g] 20.22, Sól [g] 4.32.

**DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [KOD 6]
(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. Szynka delikatesowa z kurcząt (40g)(6) 5. Serek tartare (20g)(7) 6. Sałata strzępiasta(30g) 7. Herbata poziomkowa b/c (220g)	1. Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami (350g)(1,7,9) 2. Kasza jęczmienna (200g)(1) 3. Pulpety wieprzowy gotowany (80g)(1,3) 4. Sos koperkowy (100g)(1) 5. Surówka z kapusty białej z olejem rzepakowym (130g) 6. Mieszanka kompotowa b/c (agrest, czarna porzeczka truskawka, malina) (220g)	Serek wiejski 200g (7)	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Salceson drobiowy (40g)(6) 5. Rzodkiewka (30g) 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Masło tł.82% (5g)(7) 2. Chleb pszenno-żytni (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Pomidor 40g 5. Kefir naturalny (150g)(7) 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2272.6 [kJ] 9533.6 Białko [g] 72, Tłuszcz [g] 89.4, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 48.2, Węglowodany ogółem [g] 308.36, Cukry [g] 31.01, Błonnik pokarmowy [g] 39.01, Sól [g] 4.57.

**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. Szynka delikatesowa z kurcząt (40g)(6) 5. Serek tartare (20g)(7) 6. Sałata strzępiasta(30g) 7. Herbata poziomkowa b/c (220g)	1. Barszcz czerwony ziemniakami (350g)(1,7,9) 2. Kasza jęczmienna (200g)(1) 3. Pulpety wieprzowy gotowany (80g)(1,3) 4. Sos koperkowy (100g)(1) 5. Marchew gotowana z jabłkiem(130g)(1) 6. Mieszanka kompotowa b/c (agrest, czarna porzeczka truskawka, malina) (220g)	Serek wiejski 200g (7)	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Salceson drobiowy (40g)(6) 5. Pomidor (40g) 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Masło tł.82% (5g)(7) 2. Chleb pszenno-żytni (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Pomidor 40g 5. Kefir naturalny (150g)(7) 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2190.2 [kJ] 9197.1 Białko [g] 72.5, Tłuszcz [g] 78.1, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 41, Węglowodany ogółem [g] 312.63, Cukry [g] 38.07, Błonnik pokarmowy [g] 27.17, Sól [g] 4.56.

DIETA WEGETARIAŃSKA [KOD WE]

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki owsiane na mleku (1,7) (350g) 2. Masło tł.82% (20g)(7) 3. Chleb pszenno-żytnie (50g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4.Serek deliser(2szt40g)(7) 5. Sałata strzypiasta (30g) 6. Miód pszczeli (25g) 7. Herbata poziom. (220g)	1. Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami (350g)(1,7,9) 2. Kasza jęczmienna (200g)(1) 3.Marchew gotowana z jabłkiem(130g)(1) 4. Sos koperkowy (100g)(1) 5.Surówka z kapusty białej z olejem rzepakowym (130g) 6. Mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka truskawka,malina) (220g)	1. Mus truskawkowy 100 g	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Jajko 2 szt. (100g)(3) 5. Rzodkiewka (30g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Kefir naturalny (150g)(7)

Wartość energetyczna [kcal] 2344.7 [kJ] 9851.7 Białko [g] 79.1, Tłuszcz [g] 83.1, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.4, Węglowodany ogółem [g] 329.67, Cukry [g] 38.19, Błonnik pokarmowy [g] 19.41, Sól [g]3.63.

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKOBIAŁKOWA)

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki owsiane na mleku (350ml) (7) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 4. Szyńka delikatesowa z kurcząt (80g)(6) 5. Sałata strzypiasta(30g) 6. Miód pszczeli (25g) 7. Herbata poziomkowa (220g)	1. Barszcz czerwony ziemniakami (350g)(1,7,9) 2.Kasza jęczmienna (200g)(1) 3. Pulpety wieprzowy gotowany (160g)(1,3) 4. Sos koperkowy (100g)(1) 5.Marchew gotowana z jabłkiem(130g)(1) 6. Mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka,malina) (220g)	1. Mus truskawkowy 100 g	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2.Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 3. Salceson drobiowy (80g)(6) 4. Pomidor (150g) 5. Herbata czarna (220g)	1. Kefir naturalny (150g)(7)

Wartość energetyczna [kcal] 2482.4[kJ] 10414.5 Białko [g] 98.5, Tłuszcz [g] 100.1, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 47.8, Węglowodany ogółem [g] 307.38, Cukry [g] 38.35, Błonnik pokarmowy [g] 21.12, Sól [g]5.81.

DIETA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA [KOD 11/ML]

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki owsiane na wodzie (350ml) 2. Masło tł. 82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 4. Szynka delikatesowa z kurcząt (40g)(6) 5. Sałata strzępiasta(30g) 6. Miód pszczeli (25g) 7. Herbata poziomkowa (220g)	1. Barszcz czerwony ziemniakami niezabielany (350g)(1,9) 2. Kasza jęczmienna (200g)(1) 3. Pulpety wieprzowy gotowany (80g)(1,3) 4. Sos koperkowy (100g)(1) 5. Marchew gotowana z jabłkiem(130g)(1) 6. Mieszanaka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka, malina) (220g)	1. Soczek owocowy 200 g	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 3. Salceson drobiowy (40g)(6) 4. Pomidor (150g) 5. Herbata czarna (220g)	1. Mus truskawkowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2195.6 [kJ] 9232.2 Białko [g] 68.5, Tłuszcz [g] 70.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 34.6, Węglowodany ogółem [g] 332.97, Cukry [g] 38.06, Błonnik pokarmowy [g] 22.53, Sól [g] 4.01.

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 Zespół Żywieniowy: 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

- Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:
 - syropów glukozykowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);
 - maltodekstryn na bazie pszenicy (1);
 - syropów glukozykowych na bazie jęczmienia;
 - zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
- Skorupiaki i produkty pochodne;
- Jaja i produkty pochodne;
- Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem:
 - żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;
 - żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;
- Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
- Soja i produkty pochodne, z wyjątkiem:
 - 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.