

Jadłospis 28.12.2023 czwartek*

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. Płatki jęczmienne na mleku (1,7) (450g) 2. Masło tł.82% (7) (20g) 3. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g(1), Chleb Graham 25g(1), 5. Serek Deliser klasyczny (7)(34g)2 szt. 6. Papryka czerwona (50g) 7. Herbata poziomkowa (220g)	Zupa grysikowa (1,9) (350g) 2. Kotlety ziemniaczane 2 szt. (3)(200g) 3. Kapusta politeńska (1) (130g) 4. Kompot z owoców mieszanych (malina, truskawki, agrest, czarna porzeczka (220g)	1. Mus jabłkowy (100g)	1. Masło tł.82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g(1), Chleb Graham 25g(1), (90g) 4. Paszтет drobiowy (1,6,7,9) (40g) 5. Sałata (30g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Serek wiejski (7) (200g)

Wartość energetyczna [kcal] 2101.5 [kJ] 8811.4 Białko [g] 66.7, Tłuszcz [g] 87.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39.8, Węglowodany ogółem [g] 270.64, Cukry [g] 46.7, Błonnik pokarmowy [g] 20.05, Sól [g] 5.98.

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. Serek Deliser klasyczny (7)(34g)2 szt. 4. Papryka czerwona (50g) 5. Herbata poziomkowa b/c (220g)	1. Zupa grysikowa (1,9) (350g) 2. Makaron z jabłkiem duszonym (1,3) 300g 3. Kompot z owoców mieszanych (malina, truskawki, agrest, czarna porzeczka b/c (220g)	1. Mus jabłkowy (100g)	1. Masło tł.82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g(1), Chleb Graham 25g(1), (90g) 4. Paszтет drobiowy (1,6,7,9) (40g) 5. Sałata (30g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Masło tł.82% (5g)(7) 2. Chleb pszenno-żytni (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Serek wiejski (200g) (7) 5. Sałata 30g 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2284.8 [kJ] 9597.5 Białko [g] 64.1 Tłuszcz [g] 84.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.1, Węglowodany ogółem [g] 324.93, Cukry [g] 74.62, Błonnik pokarmowy [g] 15.47, Sól [g] 2.28.

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. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g(1), Chleb Graham 25g(1), (75g) 3. Serek Deliser klasyczny (7)(34g)2 szt. 4. Pomidor (50g) 5. Herbata poziomkowa b/c (220g)	1. Zupa grysikowa (1,9) (350g) 2. Makaron z jabłkiem duszonym (1,3) 300g 4. Kompot z owoców mieszanych (malina, truskawki, agrest, czarna porzeczka b/c (220g)	1. Mus jabłkowy (100g)	1. Masło tł.82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g(1), Chleb Graham 25g(1), (90g) 4. Paszтет drobiowy (1,6,7,9) (40g) 5. Sałata (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. Serek wiejski (200g) (7) 5. Sałata 30g 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2253.6 [kJ] 9445.5 Białko [g] 71.8 Tłuszcz [g] 99.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39.9, Węglowodany ogółem [g] 274.28, Cukry [g] 60.37, Błonnik pokarmowy [g] 14.92, Sól [g] 2.28

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. Płatki jęczmienne na mleku (1,7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Pieczywo pszenne (1,6) 75g 5. Serek Deliser klasyczny (7)(34g)2 szt. 6. Pomidor (50g) 7. Herbata poziomkowa b/c (220g)	1. Zupa grysikowa (1,9) (350g) 2. Makaron z jabłkiem duszonym (1,3) 300g 4. Kompot z owoców mieszanych (malina, truskawki, agrest, czarna porzeczka b/c (220g)	Mus jabłkowy (100g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne (1,6) 90g 3. Paszтет drobiowy (1,6,7,9) (40g) 5. Sałata (30g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Serek wiejski (7) (200g)

Wartość energetyczna [kcal] 2319.8 [kJ] 9724.3 Białko [g] 60.9 Tłuszcz [g] 102.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 42.3, Węglowodany ogółem [g] 279.32, Cukry [g] 60.34, Błonnik pokarmowy [g] 12.65, Sól [g] 2.21.

DIETA WEGETARIAŃSKA [KOD WE]

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na mleku (1,7) (450g) 2. Masło tł.82% (7) (20g) 3. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g(1), Chleb Graham 25g(1), 5. Serek Deliser klasyczny (7)(34g)2 szt. 6. Papryka czerwona (50g) 7. Herbata poziomkowa (220g)	Zupa grysikowa (1,9) (350g) 2. Kotlety ziemniaczane 2 szt. (3)(200g) 3. Kapusta po litewska (1) (130g) 4. Kompot z owoców mieszanych (malina, truskawki, agrest, czarna porzeczka (220g)	1. Mus jabłkowy (100g)	1. Masło tł.82% (7) (20g) 2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g(1), Chleb Graham 25g(1), (90g) 4. Serek topiony (7) 100g 5. Ogórek zielony (30g) 6. Miód 25 g (1 szt.) 7. Herbata czarna (220g)	1. Serek wiejski (7) (200g)

Wartość energetyczna [kcal] 2181, [kJ] 9172.8, Białko [g] 61.4 Tłuszcz [g] 69.7, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 29.9, Węglowodany ogółem [g] 336.57, Cukry [g] 68.87, Błonnik pokarmowy [g] 19.2, Sól [g] 2.76.

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKOBIAŁKOWA)

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na mleku (1,7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Pieczywo pszenne (1,6) 75g 5. Serek Deliser klasyczny (7) 4 szt. 6. Pomidor (50g) 7. Herbata poziomkowa b/c (220g)	1. Zupa grysikowa (1,9) (350g) 2. Makaron z jabłkiem duszonym (1,3) 300g 4. Kompot z owoców mieszanych (malina, truskawki, agrest, czarna porzeczka b/c (220g)	Mus jabłkowy (100g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne (1,6) 90g 3. Pasztet drobiowy (1,6,7,9) (80g) 5. Sałata (30g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Serek wiejski (7) (200g)

Wartość energetyczna [kcal] 2483.6, [kJ] 10409.9, Białko [g] 99.4, Tłuszcz [g] 110.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 47.3, Węglowodany ogółem [g] 279.07, Cukry [g] 77.44, Błonnik pokarmowy [g] 14.21, Sól [g] 2.33.

DIETA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA [KOD 11/ML]

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na wodzie (1) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Pieczywo pszenne (1,6) 75g 5. Miód naturalny 50g 2 szt. 6. Pomidor (50g) 7. Herbata poziomkowa b/c (220g)	1. Zupa grysikowa (1,9) (350g) 2. Makaron z jabłkiem duszonym (1,3) 300g 4. Kompot z owoców mieszanych (malina, truskawki, agrest, czarna porzeczka b/c (220g)	1. Mus jabłkowy (100g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne (1,6) (90g) 3. Pasztet drobiowy (1,6,7,9) (40g) 5. Sałata (30g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Mus bananowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2110.4, [kJ] 8857.7, Białko [g] 65.1, Tłuszcz [g] 83.6, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 35.2, Węglowodany ogółem [g] 281.4, Cukry [g] 83.38, Błonnik pokarmowy [g] 14.36, Sól [g] 2.55

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

* Dokonano korekty jadłospisu dekadowego z dnia 28.12.2023 r., ze względu na reorganizację dostaw produktów.

Jadłospis opracowany przez Dietetyka i Starszego Referenta Działu Żywienia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywienia

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