

## Jadłospis 13.12.2023 – środa

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 kukurydziana na mleku (7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Chleb pszenno-żytni (1)(50g) 4. Chleb Graham (1) (25g) 5. Pierś pieczona z indyka (40g)(6) 6. Serek Deliser klasyczny (7) (17g) 7. Sałata (20g) 8. Herbata czarna (220g)	1. Zupa solferino z groszkiem konserwowym (1,7,9)(350g) 2. Pierogi ruskie 6szt. (280g) 3. Mandarynki (100g) 4. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, truskawki, maliny) (220g)	1. Kiwi (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Chleb pszenno-żytni (1)(65g) 3. Chleb Graham (1) (25g) 4. Kielbasa szynkowa (40g) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (150g)

Wartość energetyczna [kcal] 2058.9 [kJ] 8638.8, Białko [g] 66.9, Tłuszcz [g] 82.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 38.4, Węglowodany ogółem [g] 269.1, Cukry [g] 51.24, Błonnik pokarmowy [g] 16.03, Sól [g] 3.44.

### DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [KOD 6] (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. Pierś pieczona z indyka (40g)(6) 5. Serek Deliser klasyczny (7) (17g) 6. Sałata (20g) 7. Herbata czarna b/c(220g)	1. Zupa solferino z groszkiem konserwowym (1,7,9)(350g) 2. Makaron pełnoziarnisty z białym serem 300g (1,3,7) 3. Mandarynki (100g) 4. Kompot z owoców mieszanych b/c (220g)	1. Kiwi (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Chleb pszenno-żytni (1)(65g) 3. Chleb Graham (1) (25g) 4. Kielbasa szynkowa (40g) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Masło tł.82% (5g)(7) 2. Chleb pszenno-żytni (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (7)(150g) 5. Ogórek zielony 30g 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2014 [kJ] 8461.7, Białko [g] 81.4, Tłuszcz [g] 68.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 38.4, Węglowodany ogółem [g] 279.11, Cukry [g] 44.79, Błonnik pokarmowy [g] 23.95, Sól [g] 3.8.

**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. Pierś pieczona z indyka (40g)(6) 5. Serek Deliser klasyczny (7) (17g) 6. Sałata (20g) 7. Herbata czarna b/c(220g)	1. Zupa solferino z groszkiem konserwowym (1,7,9) (350g) 2. Makaron pełnoziarnisty z białym serem 300g (1,3,7) 3. Mandarynki (100g) 4. Kompot z owoców mieszanych b/c (220g)	1. Kiwi (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Chleb pszenno-żytni (1)(65g) 3. Chleb Graham (1) (25g) 4. Kielbasa szynkowa (40g) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata czarna b/c(220g)	1.Masło tł.82%(5g)(7) 2. Chleb pszenno-żytni (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (7) (150g) 5.Pomidor 30g, 6. Sałata 20g 7. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2018.6 [kJ] 8480.7, Białko [g] 81.7, Tłuszcz [g] 68.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 38.2, Węglowodany ogółem [g] 280.09, Cukry [g] 45.54, Błonnik pokarmowy [g] 24.52, Sól [g] 3.81.

**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 kukurydziana na mleku (7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Pieczywo pszenne (75g) (1,6) 5. Pierś pieczona z indyka (40g)(6) 6. Serek Deliser klasyczny (7) (17g) 7. Sałata (20g) 8. Herbata czarna (220g)	1. Zupa solferino z groszkiem konserwowym (1,7,9) (350g) 2. Makaron z serem białym 300g(1,3,7) 3. Mandarynki (100g) 4. Kompot z owoców mieszanych (220g)	1. Kiwi (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 3. Kielbasa szynkowa (40g) 4. Pomidor (50g) 5. Herbata czarna (220g)	1. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (150g)

Wartość energetyczna [kcal] 2025.1 [kJ] 8501.8, Białko [g] 70.4, Tłuszcz [g] 77.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.7, Węglowodany ogółem [g] 268.51, Cukry [g] 46.1, Błonnik pokarmowy [g] 15.61, Sól [g] 5.47.

**DIETA WEGETARIAŃSKA [KOD WE]**

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza kukurydziana na mleku (7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Chleb pszenno-żytni (1) (50g) 4. Chleb Graham (1) (25g) 5. Dżem czarna porzeczka 25g (1szt.) 6. Serek Deliser klasyczny (7) (17g) 7. Sałata (20g) 8. Herbata czarna (220g)	1. Zupa solferino z groszkiem konserwowym (1,7,9) sz 1 (350g) 2. Pierogi ruskie 6szt. (280g) 3. Mandarynki (100g) 4. Kompot z owoców mieszanych (220g)	1. Kiwi (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Chleb pszenno-żytni (1)(65g) 3. Chleb Graham (1) (25g) 4. Jajka gotowane 2 szt. (3)(100g) 5. Pomidor (50g) 6. Miód 25g 1 szt. 7. Herbata czarna (220g)	1. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (150g)

Wartość energetyczna [kcal] 2178.3 [kJ] 9139.7, Białko [g] 67.4, Tłuszcz [g] 87.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 40.8, Węglowodany ogółem [g] 287.17, Cukry [g] 51.98, Błonnik pokarmowy [g] 16.03, Sól [g] 3.54.

**DIETA BOGATO BIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKO BIAŁKOWA)**

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza kukurydziana na mleku (7) (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 5. Pierś pieczona z indyka (80g)(6) 6. Serek Deliser klasyczny (7) (17g) 7. Sałata (20g) 8. Herbata czarna (220g)	1. Zupa solferino z groszkiem konserwowym (1,7,9) (350g) 2. Makaron z serem białym 300g(1,3,7) 3. Mandarynki (100g) 4. Kompot z owoców mieszanych (220g)	1. Kiwi (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 3. Kiełbasa szynkowa (80g) 4. Pomidor (50g) 5. Herbata czarna (220g)	1. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (150g)

Wartość energetyczna [kcal] 2276 [kJ] 9590.7, Białko [g] 103.6, Tłuszcz [g] 59.4, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 33.7, Węglowodany ogółem [g] 340.05, Cukry [g] 44.88, Błonnik pokarmowy [g] 16.63, Sól [g] 5.52.

**DIETA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA [KOD 11/ML]**

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kasza kukurydziana na wodzie (350g) 2. Masło tł. 82% (7)(20g) 3. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 5. Pierś pieczona z indyka (60g)(6) 6. Sałata (20g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa solferino z groszkiem konserwowym niezabielana (1,9) (350g) 2. Makaron z jabłkiem 300g (1,3,7) 3. Mandarynki (100g) 4. Kompot z owoców mieszanych (220g)	1. Kiwi (150g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne (75g)(1,6) 3. Kiełbasa szynkowa (40g) 4. Pomidor (50g) 5. Herbata czarna (220g)	1. Mus brzoskwinowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2116.2 [kJ] 8928.4, Białko [g] 57.8, Tłuszcz [g] 44.2, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 24.1, Węglowodany ogółem [g] 381.82, Cukry [g] 90.08, Błonnik pokarmowy [g] 16.20, Sól [g] 4.24.

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 SO<sub>2</sub> 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