

02.12.2023 Sobota

Uwaga od 01.12.2023 zmiana legendy alergenów!!!

Aktualna 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 [KOD 1]

śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na mleku (350g) (1,7) 2. Masło tł.82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenno-żytnie (55g)(1) 4. Chleb graham(25g) (1) 5. Szynka konserwowa (40g)(6) 6. Serek Deliser klasyczny 1 szt.(17g)(7) 7. Papryka czerwona (50g) 8. Herbata czarna (220g)	1. Zupa szczawiowa z ryżem (350g)(9) 2. Ziemniaki średnio (250g) 3. Mięso wieprzowe w warzywach, duszone (marchew, seler pietruszka k.) (150g)(1,9) 4. Kompot z jabłek (220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (75g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Połędwica sopocka(40g)(6) 5. Sałata (20g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Mus jabłkowo-brzoskwiniowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2013.5 [kJ] 8458.1; Białko [g] 99.9; Tłuszcz [g] 70.8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 37; Węglowodany ogółem [g] 254.62, w tym cukry [g] 40.17; błonnik [g] 33.24 Sól [g] 4.2.

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. Płatki jęczmienne na mleku (350g)(1,7) 2. Masło tł.82%(20g)(7) 3. Chleb pszenny (75g) 4. Szynka konserwowa z (40g)(6) 5. Tartare serek twarogowy 1 szt.(17g)(7) 6. Pomidor (50g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa ryżowa (350g) 2. Ziemniaki średnio got. (250g) 3. Mięso wieprzowe w warzywach, duszone (marchew, seler pietruszka k.)(150g)(1,9) 4. Kompot z jabłek (220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Chleb pszenny zwykły (90g) 3. Połędwica sopocka (40g)(6) 4. Sałata (20g) 5. Herbata czarna (220g)	1. Mus jabłkowo-brzoskwiniowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2043.1, [kJ] 8580.7; Białko [g] 91.7; Tłuszcz [g] 71.2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 29.4; Węglowodany ogółem [g] 272.21, w tym cukry [g] 55.43; błonnik [g] 27.01; Sól [g] 3.85

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

śniadanie	obiad	kolacja	posilek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na mleku (350g) (1,7) 2. Masło tł.82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenno-żytnie (55g)(1) 4. Chleb graham(25g)(1) 5. Szynka konserwowa (40g)(6) 6. Serek tartare klasyczny 1 szt.(17g)(7) 7. Papryka czerwona (50g) 8. Herbata czarna bez cukru (220g)	1. Zupa szczawiowa z ryżem (350g)(9) 2. Ziemniaki średnio (250g) 3. Mięso wieprzowe w warzywach, duszone (marchew, seler pietruszka k.) (150g)(1,9) 4. Kompot z jabłek bez cukru (220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (75g)(1) 3. Chleb graham Oskroba (25g)(1) 4. Polędwica sopocka(40g)(6) 5. Sałata (20g) 6. Herbata czarna bez cukru (220g)	1. Masło tł. 82%(5g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Pasztet drobiowy 40g (6), 5. Pomidor 40g. 6. Herbata czarna bez cukru (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2160.8 [kJ] 9066.1; Białko [g] 90.3; Tłuszcz [g] 81.3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39.4; Węglowodany ogółem [g] 282.72, w tym cukry [g] 41.54; błonnik [g] 31.66; Sól [g] 3.51

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

śniadanie	obiad	kolacja	posilek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na mleku (350g) (1,7) 2. Masło tł.82%(20g)(7) 3. Pieczywo pszenno-żytnie (55g)(1) 4. Chleb graham(25g)(1) 5. Szynka konserwowa (40g)(6) 6. Serek tartare klasyczny 1 szt.(17g)(7) 7. Pomidor (50g) 8. Herbata czarna bez cukru (220g)	1. Zupa ryżowa (350g)(9) 2. Ziemniaki średnio (250g) 3. Mięso wieprzowe w warzywach, duszone (marchew, seler pietruszka k.) (150g)(1,9) 4. Kompot z jabłek bez cukru (220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (75g)(1) 3. Chleb graham Oskroba (25g)(1) 4. Polędwica sopocka(40g)(6) 5. Sałata (20g) 6. Herbata czarna bez cukru (220g)	1. Masło tł. 82%(5g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Pasztet drobiowy 40g (6), 5. Pomidor 40g. 6. Herbata czarna bez cukru (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2160.8 [kJ] 9066.1; Białko [g] 90.3; Tłuszcz [g] 81.3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39.4; Węglowodany ogółem [g] 282.72, w tym cukry [g] 41.54; błonnik [g] 31.66; Sól [g] 3.51

DIETA WEGETARIAŃSKA + RYBA [KOD 1/WE/M]

śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na mleku (350g)(1,7) 2. Masło tł.82%(20g)(7) 3. Chleb pszenny (75g) 4. Serek deliser 1 szt. (17g)(7) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Zupa ryżowa (350g) 2. Ziemniaki średnio got. (250g) 3. Sos z warzywny (marchew, seler pietruszka k.)(100g)(1,9) 4. Kompot z jabłek (220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Chleb pszenny zwykły (90g) 3. Serek tartare (40g)(6) 4. Sałata (20g) 5. Herbata czarna (220g)	1. Mus jabłkowo - brzoskwiniowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2314.4, [kJ] 9706.6; Białko [g] 87.9; Tłuszcz [g] 90.3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 43.9; Węglowodany ogółem [g] 303.87, w tym cukry [g] 54.24; błonnik [g] 33.24 Sól [g] 4.2.

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (wysokobiałkowa)

śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na mleku (350g)(1,7) 2. Masło tł.82%(20g)(7) 3. Chleb pszenny (75g) 4. Szyńka konserwowa z (80g)(6) 5. Tartare serek twarogowy 1 szt.(17g)(7) 6. Pomidor (50g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Zupa ryżowa (350g) 2. Ziemniaki średnio got. (250g) 3. Mięso wieprzowe w warzywach, duszone (marchew, seler pietruszka k.)(200g)(1,9) 4. Kompot z jabłek (220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Chleb pszenny zwykły (90g) 3. Polędwica sopocka (80g)(6) 4. Sałata (20g) 5. Herbata czarna (220g)	1. Mus jabłkowo - brzoskwiniowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2228.9, [kJ] 9351.3; Białko [g] 99.9; Tłuszcz [g] 90.3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 86.7; Węglowodany ogółem [g] 269.65, w tym cukry [g] 65.49; błonnik [g] 26.56; Sól [g] 4.15.

DIETA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA [KOD 11/ML]

śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Płatki jęczmienne na wodzie (350g)(1,7) 2. Masło tł.82%(20g)(7) 3. Chleb pszenny (75g) 4. Szyńka konserwowa z (60g)(6) 5. Pomidor (50g) 6. Herbata czarna (220g)	1. Zupa ryżowa (350g) 2. Ziemniaki średnio got. (250g) 3. Mięso wieprzowe w warzywach, duszone (marchew, seler pietruszka k.)(150g)(1,9) 4. Kompot z jabłek (220g)	1. Masło tł. 82%(20g)(7) 2. Chleb pszenny zwykły (90g) 3. Polędwica sopocka (40g)(6) 4. Sałata (20g) 5. Herbata czarna (220g)	1. Mus jabłkowo - brzoskwiniowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2314.4, [kJ] 9706.6; Białko [g] 87.9; Tłuszcz [g] 90.3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 43.9; Węglowodany ogółem [g] 303.87, w tym cukry [g] 54.24; błonnik [g] 33.24 Sól [g] 4.2.

Jadłospisy zostały opracowane przez dietetyka ZOZ w Kłodzku.

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, 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, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, lubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Szczegółowa AKTUALNA LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI – obowiązująca od 01.12.2023 r.

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.