

Jadłospis 29.12.2023 – piątek

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. Masło tł. 82%(7) (20g) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (1)(50g) 3. Chleb graham (1) (25g) 4. Ser żółty salami (7) (40g) 5. Dżem brzoskwiniowy niskosłodzony (25g) 6. Kawa zbożowa z mlekiem (1,7)(220g) 7. Jabłko (150g)	1. Barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9) (350g) 2. Makaron gotowany (1,3) (200g) 3. Sos pieczarkowy (1) (100g) 4. Mieszanka kompotowa (agrest, malina, czarna, porzeczka, truskawka (220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82%(7) (20g) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (75g) 3. Chleb graham (25g) 4. Pasta z sera białego i konserwy rybnej ze szczypiorkiem (4,7) (70g) 6. Ogórek konserwowy (10)(70g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Serek wiejski (7) (200g)

Wartość energetyczna [kcal] 2191.7, [kJ] 9200.6, Białko [g] 84, Tłuszcz [g] 81.7, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39.2, Węglowodany ogółem [g] 292.15, Cukry [g] 87.1, Błonnik pokarmowy [g] 24.27, Sól [g] 3.16.

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

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posilek dodatkowy
1. Masło tł. 82%(7) (20g) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (1)(50g) 3. Chleb graham (1) (25g) 4. Ser żółty salami (7) (40g) 5. Jajko gotowane (3) 70g 6. Kawa zbożowa b/c (1)(220g) 7. Jabłko (150g)	1. Barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9) (350g) 2. Kluski śląskie z tłuszczem got. (1,3,7) (200g) 3. Warzywa gotowane (marchewka, seler, pietruszka) (9) 130g 4. Mieszanka kompotowa (agrest, malina, czarna, porzeczka, truskawka b/c (220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82%(7) (20g) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (1)(75g) 3. Chleb graham (1) (25g) 4. Pasta z sera białego i konserwy rybnej ze szczypiorkiem (4,7) (70g) 6. Ogórek konserwowy (10)(70g) 7. Herbata czarna b/c (220g)	1. Masło tł. 82% (5g) (7) 2. Chleb pszenno-żytni (1)(25g) 3. Chleb graham (1) (25g) 4. Serek wiejski (7) (200g) 5. Pomidor 30g 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2294.9, [kJ] 9658.7, Białko [g] 58.3, Tłuszcz [g] 68.7, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 37.3, Węglowodany ogółem [g] 369.46, Cukry [g] 129.48, Błonnik pokarmowy [g] 17.58, Sól [g] 3.85.

**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 pszenno-żytnie (1)(50g) 3. Chleb graham (1) (25g) 4. Ser żółty salami (7) (40g) 5. Jajko gotowane (3) 70g 6. Kawa zbożowa b/c (1) (220g) 7. Jabłko (150g)	1. Barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9) (350g) 2. Kluski śląskie z tłuszczem got. (1,3,7) (200g) 3. Warzywa gotowane (marchewka, seler, pietruszka) (9)130g 4. Mieszanka kompotowa (agrest, malina, czarna, porzeczka, truskawka (220g) b/c	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82%(7) (20g) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (1)(75g) 3. Chleb graham (1) (25g) 4. Pasta z sera białego i konserwy rybnej(4,7) (70g) 6. Sałata zielona 30g 7. Herbata czarna b/c (220g)	1. Masło tł.82% (5g) (7) 2. Chleb pszenno-żytni (1)(25g) 3. Chleb graham (1) (25g) 4. Serek wiejski (7) (200g) 5. Pomidor 30g 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2281.6, [kJ] 9602.2, Białko [g] 58.3, Tłuszcz [g] 68.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 37.3, Węglowodany ogółem [g] 366.84, Cukry [g] 126.97, Błonnik pokarmowy [g] 17.96, Sól [g] 3.23.

**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. Pieczywo pszenne(baton wrocławski) (75g)(1,6) 2. Masło tł. 82% (7) (20g) 3. Serek tartare (7)(20g) 4. Dżem truskawkowy niskosłodzony (25g) 6. Kawa zbożowa z mlekiem (1,7)(220g)	1. Barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9) (350g) 2. Kluski śląskie z tłuszczem got. (1,3,7) (200g) 3. Warzywa gotowane (marchewka, seler, pietruszka) (9)130g 4. Mieszanka kompotowa (agrest, malina, czarna, porzeczka, truskawka (220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne(baton wrocławski) (75g)(1,6) 3. Pasta z sera białego i konserwy rybnej(4,7) (70g) 4. Sałata zielona 30g 5. Herbata czarna (220g)	1. Serek wiejski (7) (200g)

Wartość energetyczna [kcal] 2225.4, [kJ] 9382.7, Białko [g] 52.9, Tłuszcz [g] 68.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 37.3, Węglowodany ogółem [g] 392.95, Cukry [g] 132.36, Błonnik pokarmowy [g] 18.28, Sól [g] 2.89.

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [KOD WE]

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Masło tł. 82%(7) (20g) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (1)(50g) 3. Chleb graham (1) (25g) 4. Ser żółty salami (7)(40g) 5. Dżem brzoskwiniowy niskosłodzony (25g) 6. Kawa zbożowa z mlekiem (1,7)(220g) 7. Jabłko (150g)	1. Barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9) (350g) 2. Makaron gotowany (1,3) (200g) 3. Sos pieczarkowy (1) (100g) 4. Mieszanka kompotowa (agrest, malina, czarna, porzeczka, truskawka (220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82%(7) (20g) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (75g) 3. Chleb graham (25g) 4. Pasta z sera białego i konserwy rybnej ze szczypiorkiem (4,7) (70g) 6. Ogórek konserwowy (10)(70g) 7. Herbata czarna (220g)	1. Serek wiejski (7) (200g)

Wartość energetyczna [kcal] 2205.6, [kJ] 9301.2, Białko [g] 43.9, Tłuszcz [g] 50.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 29.7, Węglowodany ogółem [g] 402, Cukry [g] 140.51, Błonnik pokarmowy [g] 18.48, Sól [g] 1.62.

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKOBIAŁKOWA)

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Pieczywo pszenne(baton wrocławski) (75g)(1,6) 2. Masło tł. 82% (7) (20g) 3. Serek tartare (7)(40g) 4. Dżem truskawkowy niskosłodzony (25g) 6. Kawa zbożowa z mlekiem (1,7)(220g)	Barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9) (350g) 2. Kluski śląskie z tłuszczem got. (1,3,7) (200g) 3. Warzywa gotowane (marchewka, seler, pietruszka) (9)130g 4. Mieszanka kompotowa (agrest, malina, czarna, porzeczka, truskawka (220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne(baton wrocławski) (75g)(1,6) 3. Pasta z sera białego i konserwy rybnej(4,7) (140g) 4. Sałata zielona 30g 5. 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. Pieczywo pszenne(baton wrocławski) (75g)(1,6) 2. Masło tł. 82% (7) (20g) 3. Dżem truskawkowy niskosłodzony (50g) 4. Kawa zbożowa na wodzie (1)(220g)	1 Barszcz czerwony z ziemniakami niezabieleny(1,9) (350g) 2. Kluski śląskie z tłuszczem got. (1,3,7) (200g) 3. Warzywa gotowane (marchewka, seler, pietruszka) (9)130g 4. Mieszanka kompotowa (agrest, malina, czarna, porzeczka, truskawka (220g)	1. Mandarynki (100g)	1. Masło tł. 82% (7) (20g) 2. Pieczywo pszenne(baton wrocławski) (75g)(1,6) 3. Pasta z konserwy rybnej(4,7) (70g) 4. Sałata zielona 30g 5. Herbata czarna (220g)	1. Soczek owocowy (200ml)

Wartość energetyczna [kcal] 2223.3, [kJ] 9372.4, Białko [g] 58.4, Tłuszcz [g] 54.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 27.8, Węglowodany ogółem [g] 383.24, Cukry [g] 125.4, Błonnik pokarmowy [g] 17.06, Sól [g] 4.28.

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

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 powstał