

Jadłospis 08.12.2023 – 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	posiłek dodatkowy
1. Masło tł.82% (20g)(7) 2.Chleb pszenno-żytnie (50g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Ser żółty salami(40g)(7) B/M Pasztet prochowicki drobiowy (40g) (6) 5. Jabłko 150g) 6. Miód pszczele (25g) 1 szt., 7.Kakao z mlekiem(220g) (7) B/M Kawa zbożowa bez mleka (1)	1. Zupa grochowa z makaronem (350g) (1,3,9) 2. Ziemniaki (250g) 3. Dorsz smażony (80g) (1,4) 4. Sos grecki (marchew, seler, pietruszka, cebula, przecier pomidorowy) 100g (9) 5. Kompot z czarnej porzeczki (220g)	1. Mandarynka (70g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g) (7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g) (1) 4. Pasta z jajek, białego sera i natki pietruszki (70g)(3,7) B/M Pasta z jajek i natki pietruszki(70g) (3) 5. Sałat zielona (20g) (2 listki) 6. Herbata czarna (220g)	1.Kefir 150g(7) B/M- mus jabłko/brzoskwinia 100g

Wartość energetyczna [kcal] 2107.2 [kJ] 8861.7, Białko [g] 97.8, Tłuszcz [g]64.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 35.2, Węglowodany ogółem [g] 295.92, Cukry [g] 42.67, Błonnik pokarmowy [g] 25.81, Sól [g] 3.49.

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. Serek tartare 2 szt. (40g)(7) B/M Pasztet prochowicki (40g) (6) 5. Jabłko 150g) 7.Kakao z mlekiem b/c (220g)(7) B/M Kawa zbożowa bez mleka, b/c (1)	1. Zupa grochowa z makaronem (350g) (1,3,9) 2. Ziemniaki (250g) 3. Dorsz gotowany (80g) (1,4) 4. Sos grecki (marchew, seler, pietruszka, cebula, przecier pomidorowy) 100g (9) 5. Kompot z czarnej porzeczki b/c (220g)	1. Mandarynka (70g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g) (7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Pasta z jajek, białego sera i natki pietruszki (3,7) B/M Pasta z jajek i natki pietruszki. 5. Sałat zielona (20g) (2 listki) 6. Herbata czarna b/c(220g)	Masło tł.82% (20g) (7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Kefir naturalny 150g (7), 5.Pomidor 30g B/M Pomidor 40g 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2108.5 [kJ] 8869.5, Białko [g] 95.3, Tłuszcz [g]61.4, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 32.9, Węglowodany ogółem [g] 308.69, Cukry [g] 35.84, Błonnik pokarmowy [g] 30.17, Sól [g] 3.57.

**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. Serek tartare 2 szt.(40g) (7) B/M Pasztet prochowicki (40g) (6) 5. Jabłko 150g) 6. Miód pszczeli (25g) 1 szt., 7.Kawa zbożowa z mlekiem b/c (220g)(1,7) B/M Kawa zbożowa bez mleka, b/c (1)	1. Zupa koperkowa z makaronem (350g) (1,3,9) 2. Ziemniaki (250g) 3. Dorsz gotowany (80g) (1,4) 4. Sos grecki (marchew, seler, pietruszka, cebula, przecier pomidorowy) 100g (9) 5. Kompot z czarnej porzeczki (220g)	1. Mandarynka (70g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g) (1) 4. Pasta z białek jaj, białego sera i natki pietruszki (3,7) B/M Pasta z jajek i natki pietruszki. 5. Sałat zielona (20g) (2 listki) 6. Herbata czarna b/c (220g)	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (25g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Kefir naturalny 150g (7), 5.Pomidor 30g B/M Pomidor 40g 6. Herbata czarna b/c (220g)

Wartość energetyczna [kcal] 2083.4 [kJ] 8764.8, Białko [g] 93.1, Tłuszcz [g]59.6, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 32.3, Węglowodany ogółem [g] 308.58, Cukry [g] 35.8, Błonnik pokarmowy [g] 30.17, Sól [g] 3.51.

**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. Masło tł.82% (20g)(7) 2.Chleb pszenny (75g)(1,6) 4. Serek tartare 2 szt.(40g) (7) B/M Pasztet prochowicki (40g) (6) 5. Jabłko 150g) 6. Miód pszczeli (25g) 1szt., 7.Kakao z mlekiem(220g) (7) B/M Kawa zbożowa bez mleka (1)	1. Zupa koperkowa z makaronem (350g) (1,3,9) 2. Ziemniaki (250g) 3. Dorsz gotowany (80g) (4) 4. Sos grecki (marchew, seler, pietruszka, cebula, przecier pomidorowy) 100g (9) 5. Kompot z czarnej porzeczki (220g)	1. Mandarynka (70g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g) (7) 2. Chleb pszenny (90g) (1,6) 4. Pasta z białka jajek, białego sera i natki pietruszki (70g)(3,7) 5. Sałat zielona (30g) (3 listki. 6. Herbata czarna (220g)	1.Kefir 150g(7) B/M- mus jabłko/brzoskwinia 100g

Wartość energetyczna[kcal]2105.6 [kJ] 8873.7, Białko [g] 103, Tłuszcz [g]51.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 28.2, Węglowodany ogółem [g] 319.02, Cukry [g] 36.44, Błonnik pokarmowy [g] 22.5, Sól [g] 2.88.

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [KOD WE]

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Masło tł.82% (20g)(7) 2.Chleb pszenno-żytnie (50g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Ser żółty salami(40g)(7) 5. Jabłko 150g) 6. Miód pszczeli (25g)1 szt 7.Kakao z mleki(220g)(7)	1. Zupa grochowa z makaronem (350g)(1,3,9) 2. Ziemniaki (250g) 3. Dorsz smażony (80g) (1,4) 4. Sos grecki (marchew, seler, pietruszka, cebula, przecier pomidor.) 100g (9) 5. Kompot z czarnej porzeczki (220g)	1. Mandarynka (70g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Pieczywo pszenno-żytnie (65g)(1) 3. Chleb graham (25g)(1) 4. Pasta z jajek, białego sera i natki pietruszki (70g)(3,7) 5. Sałat zielona 20g (2 listki) 6. Herbata czarna (220g)	1.Kefir 150g(7) B/M- mus jabłko/brzoskwinia 100g

Wartość energetyczna [kcal] 2017.9 [kJ] 8501.3, Białko [g] 101.2, Tłuszcz [g] 51, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 28.1, Węglowodany ogółem [g] 299.53, Cukry [g] 34.23, Błonnik pokarmowy [g] 22.32, Sól [g] 2.95.

DIETA BOGATO BIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKO BIAŁKOWA)

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Chleb pszenny (75g) (1,6) 4. Serek tartare 2 szt. (40g)(7) 5. Pasztet prochowicki (40g) (6) B/M Pasztet prochowicki (80g) (6) 6. Jabłko 150g 7. Miód pszczoły (25g) 1 szt., 8. Kakao z mlekiem (220g)(7) B/M Kawa zbożowa bez mleka (1)	1. Zupa koperkowa z makaronem (350g) (1,3,9) 2. Ziemniaki (250g) 3. Dorsz gotowany (160g) (4) 4. Sos grecki (marchew, seler, pietruszka, cebula, przecier pomidorowy) 100g (9) 5. Kompot z czarnej porzeczki (220g)	1. Mandarynka (70g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g)(7) 2. Chleb pszenny (90g) (1,6) 4. Pasta z białka jajek, białego sera i natki pietruszki (140g)(3,7) B/M Pasta jajek, natki pietruszki (140g)(3,7) 5. Sałat zielona (30g) (3 listki. 6. Herbata czarna (220g)	1. Kefir 150g(7) B/M- mus jabłko/brzoskwinia 100g

Wartość energetyczna [kcal] 2097.6 [kJ] 8836.4 Białko [g] 102.6, Tłuszcz [g] 53, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 29.3, Węglowodany ogółem [g] 314.9 Cukry [g] 40.23, Błonnik pokarmowy [g] 24.89, Sól [g] 3.02.

DIETA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA [KOD 11/ML]

śniadanie	obiad	Podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Masło tł.82% (20g) (7) 2. Chleb pszenny (75g) (1,6) 4. Pasztet prochowicki (40g) (6) 5. Jabłko 150g 6. Miód pszczoły (25g) 1 szt., 7. Kawa zbożowa bez mleka (1)	1. Zupa koperkowa z makaronem (350g)(1,3,9) 2. Ziemniaki (250g) 3. Dorsz gotowany (80g) (4) 4. Sos grecki (marchew, seler, pietruszka, cebula, przecier pomidorowy) 100g (9) 5. Kompot z czarnej porzeczki (220g)	1. Mandarynka (70g) 1 szt.	1. Masło tł.82% (20g) (7) 2. Chleb pszenny (90g) (1,6) 4. Pasta z jajek natki pietruszki (70g)(3,7) 5. Sałat zielona (30g) (3 listki. 6. Herbata czarna (220g)	Mus jabłko/brzoskwinia 100g

Wartość energetyczna [kcal] 2096.1 [kJ] 8806.4 Białko [g] 83, Tłuszcz [g] 72.1, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 35.8, Węglowodany ogółem [g] 290.61 Cukry [g] 40.28, Błonnik pokarmowy [g] 23.87, Sól [g] 3.59.

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 dietetyka i starszego referent 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 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.