

## Jadłospis 31.12.2023 – Niedziela

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
<b>1. Kasza kukurydziana na mleku (7) (350g)</b> <b>2. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>3. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g (1), Chleb Graham 25g (1), (75g)</b> <b>4. Kielbasa żywiecka (6) (40g)</b> <b>5. Tartare serek twarogowy (7) (20g)</b> <b>6. Pomidor (50g)</b> <b>7. Herbata czarna (220g)</b>	<b>1. Zupa grysikowa (1,9) (350g)</b> <b>2. Bitki ze schabu duszone w sosie własnym (180g)</b> <b>3. Ziemniaki gotowane (250g)</b> <b>4. Sałatka z fasoli szparagowej z musztardą (10,12) (130g)</b> <b>5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, malina, truskawka) (220g)</b>	<b>1. Soczek wieloowocowy (200g)</b>	<b>1. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), (90g)</b> <b>3. Polędwica miodowa (drobiowa) (6) (40g)</b> <b>4. Papryka czerwona (50g)</b> <b>5. Herbata czarna (220g)</b>	<b>1. Mus jabłkowy (100g)</b>

Wartość energetyczna [kcal] 2008.7, [kJ] 8411.8.8, Białko [g] 72.1, Tłuszcz [g] 95.2, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.3, Węglowodany ogółem [g] 258.15, Cukry [g] 48.77, Błonnik pokarmowy [g] 12.71, Sól [g] 2.97.

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

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
<b>1. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g (1), Chleb Graham 25g (1), (75g)</b> <b>3. Kielbasa krakowska (6) (40g)</b> <b>4. Tartare serek twarogowy (7) (20g)</b> <b>5. Pomidor (50g)</b> <b>6. Herbata czarna b/c (220g)</b>	<b>1. Zupa grysikowa (1,9) (350g)</b> <b>2. Ziemniaki gotowane (250g)</b> <b>3. Schab gotowany 100g</b> <b>4. Sos koperkowy (1) 100g</b> <b>5. Sałatka z fasoli szparagowej z musztardą (10, 12) 130g</b> <b>5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, malina, truskawka) b/c (220g)</b>	<b>1. Soczek wieloowocowy (200g)</b>	<b>1. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), (90g)</b> <b>3. Polędwica miodowa (drobiowa) (6) (40g)</b> <b>4. Papryka czerwona (50g)</b> <b>5. Herbata czarna b/c (220g)</b>	<b>1. Masło tł. 82% (7) (5g)</b> <b>2. Chleb pszenno-żytni (1) (25g)</b> <b>3. Chleb graham (1) (25g)</b> <b>4. Mus jabłkowy 100ml</b> <b>5. Pomidor 50g,</b> <b>6. Herbata czarna b/c (220g)</b>

Wartość energetyczna [kcal] 2005.8, [kJ] 8422, Białko [g] 68.5, Tłuszcz [g] 76.6, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 43.2, Węglowodany ogółem [g] 267.2, Cukry [g] 44.64, Błonnik pokarmowy [g] 13.64, Sól [g] 3.34.

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

WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
<b>1. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g(1), Chleb Graham 25g(1), (75g)</b> <b>3. Kielbasa krakowska (6) (40g)</b> <b>4. Tartare serek twarogowy (7) (20g)</b> <b>5. Pomidor (50g)</b> <b>6. Herbata czarna b/c (220g)</b>	<b>1. Zupa grysikowa (1,9) (350g)</b> <b>2. Ziemniaki gotowane (250g)</b> <b>3. Schab gotowany 100g</b> <b>4. Sos koperkowy (1) 100g</b> <b>5. Warzywa gotowane (seler, marchew, pietruszka) 130g</b> <b>5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, malina, truskawka) b/c (220g)</b>	<b>1. Soczek wieloowocowy (200g)</b>	<b>1. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), (90g)</b> <b>3. Polędwica miodowa (drobiowa) (6)(40g)</b> <b>4. Sałata zielona (30g)</b> <b>5. Herbata czarna b/c (220g)</b>	<b>1. Masło tł.82%(7) (5g)</b> <b>2. Chleb pszenno-żytni (1)(25g)</b> <b>3. Chleb graham (1)(25g)</b> <b>4. Mus jabłkowy 100ml</b> <b>5. Pomidor 50g,</b> <b>6. Herbata czarna b/c (220g)</b>

Wartość energetyczna [kcal] 2022.4, [kJ] 8501.2, Białko [g] 70.3, Tłuszcz [g] 71.1, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 38.9, Węglowodany ogółem [g] 280.28, Cukry [g] 44.05, Błonnik pokarmowy [g] 10.29, Sól [g] 3.53.

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
<b>1. Kasza kukurydziana na mleku (7) (350g)</b> <b>2. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>3. Pieczywo: Chleb pszenny(1,6) (75g)</b> <b>4. Kielbasa krakowska (6) (40g)</b> <b>5. Tartare serek twarogowy (7) (20g)</b> <b>6. Pomidor (50g)</b> <b>7. Herbata czarna (220g)</b>	<b>1. Zupa grysikowa (1,9) (350g)</b> <b>2. Ziemniaki gotowane (250g)</b> <b>3. Schab gotowany 100g</b> <b>4. Sos koperkowy (1) 100g</b> <b>5. Warzywa gotowane (seler, marchew, pietruszka) 130g</b> <b>5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, malina, truskawka) (220g)</b>	<b>1. Soczek wieloowocowy (200g)</b>	<b>1. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>2. Pieczywo: Chleb pszenny(1,6) (90g)</b> <b>3. Polędwica miodowa (drobiowa) (6)(40g)</b> <b>4. Sałata zielona (30g)</b> <b>5. Herbata czarna (220g)</b>	<b>1. Mus jabłkowy (100g)</b>

Wartość energetyczna [kcal] 2009.8, [kJ] 8441.2, Białko [g] 77.7, Tłuszcz [g] 75.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 41.7, Węglowodany ogółem [g] 259.83, Cukry [g] 50.05, Błonnik pokarmowy [g] 11.62, Sól [g] 3.32.

**DIETA WEGETARIAŃSKA [KOD WE]**

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
<b>1. Kasza kukurydziana na mleku (7) (350g)</b> <b>2. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>3. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 50g(1), Chleb Graham 25g(1), (75g)</b> <b>4. Miód naturalny 25g</b> <b>5. Tartare serek twarogowy (7) (20g)</b> <b>6. Pomidor (50g)</b> <b>7. Herbata czarna(220g)</b>	<b>1. Zupa grysikowa (1,9) (350g)</b> <b>2. Sos koperkowy (180g)</b> <b>3. Ziemniaki gotowane (250g)</b> <b>4. Sałatka z fasoli szparagowej z musztardą (10,12) (130g)</b> <b>5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, malina, truskawka) (220g)</b>	<b>1. Soczek wieloowocowy (200g)</b>	<b>1. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni 65g (1), Chleb Graham 25g (1), (90g)</b> <b>3. Serek deliser (7)(17g)</b> <b>4. Dżem niskosłodzony truskawkowy (25 g)</b> <b>5. Papryka czerwona (50g)</b> <b>5. Herbata czarna (220g)</b>	<b>1. Mus jabłkowy (100g)</b>

Wartość energetyczna [kcal] 2042.4, [kJ] 8569.7, Białko [g] 42.3, Tłuszcz [g] 81.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 51.3, Węglowodany ogółem [g] 292.23, Cukry [g] 51.71, Błonnik pokarmowy [g] 16.3, Sól [g] 1.56.

**DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (WYSOKOBIAŁKOWA)**

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
<b>1. Kasza kukurydziana na mleku (7) (350g)</b> <b>2. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>3. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni(1,6) (75g)</b> <b>4. Kielbasa krakowska (6) (80g)</b> <b>5. Tartare serek twarogowy (7) (20g)</b> <b>6. Pomidor (50g)</b> <b>7. Herbata czarna (220g)</b>	<b>1. Zupa grysikowa (1,9) (350g)</b> <b>2. Ziemniaki gotowane (250g)</b> <b>3. Schab gotowany 200g</b> <b>4. Sos koperkowy (1) 100g</b> <b>5. Warzywa gotowane (seler, marchew, pietruszka) 130g</b> <b>5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, malina, truskawka) (220g)</b>	<b>1. Soczek wieloowocowy (200g)</b>	<b>1. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>2. Pieczywo: Chleb pszenno-żytni(1,6) (90g)</b> <b>3. Polędwica miodowa (drobiowa) (6)(80g)</b> <b>4. Pomidor (50g)</b> <b>5. Herbata czarna (220g)</b>	<b>1. Mus jabłkowy (100g)</b>

Wartość energetyczna [kcal] 2220, [kJ] 9319.1, Białko [g] 102.1, Tłuszcz [g] 88, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 46, Węglowodany ogółem [g] 260.64, Cukry [g] 50.13, Błonnik pokarmowy [g] 11.71, Sól [g] 5.04.

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

śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
<b>1. Kasza kukurydziana na wodzie () (350g)</b> <b>2. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>3. Pieczywo: Chleb pszenny(1,6) (75g)</b> <b>4. Kielbasa krakowska (6) (60g)</b> <b>5. Pomidor (50g)</b> <b>6. Herbata czarna (220g)</b>	<b>1. Zupa grysikowa (1,9) (350g)</b> 2. Ziemniaki gotowane (250g) 3. Schab gotowany 200g <b>4. Sos koperkowy (1) 100g</b> <b>5. Warzywa gotowane (seler, marchew, pietruszka) 130g</b> <b>5. Kompot z owoców mieszanych (agrest, czarna porzeczka, malina, truskawka) (220g)</b>	1. Soczek wieloowocowy (200g)	<b>1. Masło tł. 82% (7) (20g)</b> <b>2. Pieczywo: Chleb pszenny(1,6) (90g)</b> <b>3. Połędwica miodowa (drobiowa) (6)(60g)</b> 4. Pomidor (50g) 5. Herbata czarna (220g)	1. Mus jabłkowy (100g)

Wartość energetyczna [kcal] 2036.7, [kJ] 8555.9, Białko [g] 87.1, Tłuszcz [g] 75.6, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39.2, Węglowodany ogółem [g] 257.29, Cukry [g] 40.89, Błonnik pokarmowy [g] 11.22, Sól [g] 4.

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 glukozyowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę ( 1 );
  - b) maltodekstryn na bazie pszenicy ( 1 );
  - c) syropów glukozyowych 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.