

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.12.2024 (piątek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1 op. (7), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, papryka100g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, ryba dorsz smażona 100g (1,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olej. rzep. 130g, kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50 g 1 szt. (3), serek tartare 20g 1 szt (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g (7)</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g 1 op. (7), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, sałata 30g,</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet gotowany z dorsz 100g (1,3,4), w sosie koperkowym 100g (1), surówka z marchwi sparzonej i oleju rzepakowego 130g, kompot truskawkowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6) jajko gotowane 50 g 1 szt. (3), serek tartare 20g 1 szt (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g (7)</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1 op. (7), jajko got. 50g 1 szt.(7), herbata malinowa b/c 220 ml, papryka 100g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet gotowany z dorsz 100g (1,3,4), w sosie koperkowym 100g (1), surówka z kapusty kiszzonej z olej. rzep. 130g, kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50 g 1 szt. (3), serek tartare 20g 1 szt (7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt owocowy b/c 150g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIALKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g 1 op. (7), jajko got. 50g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, sałata 30g,</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet gotowany z dorsz 200g (1,3,4), w sosie koperkowym 100g (1), surówka z marchwi sparzonej i oleju rzepakowego 130g, kompot truskawkowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6),jajko gotowane 50 g 1 szt. (3), serek tartare 20g 1 szt (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g (7)</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1 op. (7), jajko got. 50g 1 szt.(7), herbata malinowa b/c 220 ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet gotowany z dorsz 100g (1,3,4), w sosie koperkowym 100g (1), surówka z marchwi sparzonej i oleju rzepakowego130g, kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50 g 1 szt. (3), serek tartare 20g 1 szt (7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt owocowy b/c 150g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), miód naturalny 50g 2 szt., dżem brzoskwiniowy 1 szt. 25g, herbata malinowa 220 ml, sałata 30g,</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g bez zabielenia 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet gotowany z dorsz 100g (1,3,4), w sosie koperkowym 100g (1), surówka z marchwi sparzonej i oleju rzepakowego 130g, kompot truskawkowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), jajko gotowane 50 g 2 szt. (3), pomidor 100g, pasztet drobiowy 80g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek pomarańczowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1 op. (7), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, papryka100g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, ryba dorsz smażona 100g (1,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olej. rzep. 130g, kompot truskawkowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50 g 1 szt. (3), serek tartare 20g 1 szt (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g (7)</p>

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2020.5	Wartość energetyczna [kcal]	2087.7
Wartość energetyczna [kJ]	8481.4	Wartość energetyczna [kJ]	8771.6
Białko [g]	82.2	Białko [g]	80
Tłuszcz [g]	76.8	Tłuszcz [g]	72.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30
Węglowodany ogółem [g]	259.76	Węglowodany ogółem [g]	288.91
Cukry [g]	50.32	Cukry [g]	62.14
Błonnik pokarmowy [g]	19.72	Błonnik pokarmowy [g]	21.1
Sól [g]	4.77	Sól [g]	4.14
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1975.1	Wartość energetyczna [kcal]	2353.5
Wartość energetyczna [kJ]	8291.2	Wartość energetyczna [kJ]	9885.9
Białko [g]	88.5	Białko [g]	96.4
Tłuszcz [g]	75.7	Tłuszcz [g]	84.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.5
Węglowodany ogółem [g]	243.26	Węglowodany ogółem [g]	313.49
Cukry [g]	35.27	Cukry [g]	58.28
Błonnik pokarmowy [g]	16.96	Błonnik pokarmowy [g]	22.42
Sól [g]	3.15	Sól [g]	4.47
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1928.7	Wartość energetyczna [kcal]	2102.4
Wartość energetyczna [kJ]	8097.4	Wartość energetyczna [kJ]	8827.8
Białko [g]	76.9	Białko [g]	69.6
Tłuszcz [g]	73.3	Tłuszcz [g]	76.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.2
Węglowodany ogółem [g]	248.2	Węglowodany ogółem [g]	294.81
Cukry [g]	46.36	Cukry [g]	65.32
Błonnik pokarmowy [g]	16.24	Błonnik pokarmowy [g]	23.3
Sól [g]	2.44	Sól [g]	3.85
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2020.5
		Wartość energetyczna [kJ]	8481.4
		Białko [g]	82.2
		Tłuszcz [g]	76.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.3
		Węglowodany ogółem [g]	259.76
		Cukry [g]	50.32
		Błonnik pokarmowy [g]	19.72
		Sól [g]	4.77

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

Legenda alergenów w nawiasach ():

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.

Jadłospis opracowany przez Dietetyka Działu Żywienia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywienia

*Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI*

ZAŁĄCZNIK I

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