

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.12.2024r. (czwartek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), serek fromage 1/2 szt. 40g (7), herbata leśna 220 ml, sałata masłowa 30 g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1), gulasz węgierski z kielbasą wieprzową (ogórek kiszony, papryka, pieczarki, cebula) 180g (1,6,9,10), kompot z aronii 220ml,</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony drobiowy 60g (6) papryka 100g, herbata truskawkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150g(7)</p>	<p>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata leśna 220 ml, sałata masłowa 30 g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1), mięso pieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, kalafior, cukinia) 180g (1,9), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy 100g 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150g (7)</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), serek fromage 1/2 szt. 40g (7), herbata leśna b/c 220 ml, sałata masłowa 30 g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1), gulasz węgierski z kielbasą wieprzową (ogórek kiszony, papryka, pieczarki, cebula) 180g (1,6,9,10), kompot z aronii b/c 220ml,</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), papryka 100g, herbata truskawkowa b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare 20g 1 szt. (7), pomidor 50g, herbata truskawkowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 100g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata leśna 220 ml, sałata masłowa 30 g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1), mięso pieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, kalafior, cukinia) 180g (1,9), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy 100g 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150g(7)</p>
<p>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata leśna b/c 220 ml, sałata masłowa 30 g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1), mięso pieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, kalafior, cukinia) 180g (1,9), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy 100g 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata truskawkowa b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 34g 2 szt. (7), pomidor 50g, herbata truskawkowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 80g (6), dżem niskosłodzony porzeczkowy 25g 1 szt., herbata leśna 220 ml, sałata 30 g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami bez zabelania 400g (1,9), kasza jęczmienna got. 200g (1), mięso pieprzowe w jarzynie (marchew, seler, pietruszka, kalafior, cukinia) 180g (1,9), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy 100g 1 szt.</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek pomarańczowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 1 szt. 80g (7), dżem niskosłodzony porzeczkowy 25g 1 szt., herbata leśna 220 ml, sałata masłowa 30 g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna got. 200g (1), gulasz węgierski z groszkiem zielonym (ogórek kiszony, papryka, pieczarki, cebula) 180g (1,9), kompot aronii 220ml,</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), konserwa rybna śledź w oleju 1 szt. 160g (1,3,6,7,9,10), papryka 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150g (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 19.12.2024 r.

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]	1951.7	Wartość energetyczna [kcal]	2327.2
Wartość energetyczna [kJ]	8183.2	Wartość energetyczna [kJ]	9749.6
Białko [g]	67.7	Białko [g]	77.9
Tłuszcz [g]	80.8	Tłuszcz [g]	106.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.7
Węglowodany ogółem [g]	248.72	Węglowodany ogółem [g]	272.62
Cukry [g]	42.17	Cukry [g]	39.64
Błonnik pokarmowy [g]	20.88	Błonnik pokarmowy [g]	16.5
Sól [g]	3.34	Sól [g]	3.49
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2215.8	Wartość energetyczna [kcal]	2221.2
Wartość energetyczna [kJ]	9274.7	Wartość energetyczna [kJ]	9306.1
Białko [g]	74.1	Białko [g]	81.1
Tłuszcz [g]	106.8	Tłuszcz [g]	101
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45
Węglowodany ogółem [g]	248.37	Węglowodany ogółem [g]	254.76
Cukry [g]	35.75	Cukry [g]	38.22
Błonnik pokarmowy [g]	18.03	Błonnik pokarmowy [g]	15.92
Sól [g]	3.83	Sól [g]	3.48
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]	2233.2	Wartość energetyczna [kcal]	2155.1
Wartość energetyczna [kJ]	9351.7	Wartość energetyczna [kJ]	9041
Białko [g]	75.8	Białko [g]	69.6
Tłuszcz [g]	105.2	Tłuszcz [g]	87.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.5
Węglowodany ogółem [g]	253.86	Węglowodany ogółem [g]	282.05
Cukry [g]	31.83	Cukry [g]	45.52
Błonnik pokarmowy [g]	16.22	Błonnik pokarmowy [g]	18.53
Sól [g]	3.58	Sól [g]	2.81
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2356.3
		Wartość energetyczna [kJ]	9849.7
		Białko [g]	70.5
		Tłuszcz [g]	124.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.8
		Węglowodany ogółem [g]	247.17
		Cukry [g]	46.26
		Błonnik pokarmowy [g]	18.25
		Sól [g]	4.04

--	--

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.