

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.07.2024r. (środa)

| | |
|---|---|
| <p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), szynka got. wieprzowa 60g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g, herbata porzeczkowa 220 ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza gryczana 200g (1), pieczeń wieprzowa w sosie własnym 200g (100g mięso + 100g sos) (1), mizeria 130g (7), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa 100g (6,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (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 (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprzowa 60g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g, herbata porzeczkowa 220 ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g, schab wieprzowy gotowany 100g (1), sos koperkowy 100g (1), sałata z jogurtem naturalnym 130g (7), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), parówka drobiowa 100g (6,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (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), szynka got. wieprzowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa b/c 220 ml, sałata 30g</p> <p>II śniadanie: Kefir naturalny 150 g (7)</p> <p>Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza gryczana 200g (1), schab wieprzowy gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1), mizeria 130g (7), kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek : mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa 100g (6,10), 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), serek deliser 34g 2 szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p> | <p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprzowa 100g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g, herbata porzeczkowa 220 ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), schab gotowany 200g, sos koperkowy 100g (1), sałata z jogurtem naturalnym 130g (7), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), parówka drobiowa 100g (6,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (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), szynka got. wieprzowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt (7), herbata porzeczkowa b/c 220 ml, sałata 30g</p> <p>II śniadanie: Kefir naturalny 150 g (7)</p> <p>Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), schab wieprzowy gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1), sałata 130g (1), kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa 100g (6,10), 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), serek deliser 34g 2 szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p> | <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na wodzie 400ml (), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprzowa 60g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g, herbata porzeczkowa 220 ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: zupa barszcz czerwony bez zabielenia z ziemniakami 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), schab gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1), sałata z olejem rzepakowym 130g, kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), parówka drobiowa 100g (6,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: Soczek owocowy 200ml</p> |
| | <p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g, herbata porzeczkowa 220 ml, sałata 30g</p> <p>Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza gryczana 200g (1), sos koperkowy 100g (1) z fasolką czerwoną 100g, mizeria 130g (7), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), tuńczyk w oleju 120g (4,6), sałata 30g 3 liście, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (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] | 2183.3 | Wartość energetyczna [kcal] | 2193.3 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 9165.6 | Wartość energetyczna [kJ] | 9214.6 |
| Białko [g] | 77 | Białko [g] | 85.5 |
| Tłuszcz [g] | 84.1 | Tłuszcz [g] | 77.4 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 36.9 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 37.5 |
| Węglowodany ogółem [g] | 287.69 | Węglowodany ogółem [g] | 299.03 |
| Cukry [g] | 72.8 | Cukry [g] | 69.11 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 16.5 | Błonnik pokarmowy [g] | 20.76 |
| Sól [g] | 4.63 | Sól [g] | 4.69 |
| DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6] | | DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9] | |
| parametr | zawartość razem | parametr | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal] | 2066.4 | Wartość energetyczna [kcal] | 2367.8 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 8656.7 | Wartość energetyczna [kJ] | 9942.2 |
| Białko [g] | 78.1 | Białko [g] | 103.3 |
| Tłuszcz [g] | 93.8 | Tłuszcz [g] | 88.4 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 42.9 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 41.7 |
| Węglowodany ogółem [g] | 235.88 | Węglowodany ogółem [g] | 300.02 |
| Cukry [g] | 35.03 | Cukry [g] | 69.37 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 17.03 | Błonnik pokarmowy [g] | 20.76 |
| Sól [g] | 5.54 | Sól [g] | 5.52 |
| DIETA 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] | 1968.6 | Wartość energetyczna [kcal] | 2020.8 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 8258.6 | Wartość energetyczna [kJ] | 8499.5 |
| Białko [g] | 77.2 | Białko [g] | 80 |
| Tłuszcz [g] | 78.8 | Tłuszcz [g] | 62.8 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 38.9 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 22.7 |
| Węglowodany ogółem [g] | 246.98 | Węglowodany ogółem [g] | 294.3 |
| Cukry [g] | 41.21 | Cukry [g] | 60.47 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 19.18 | Błonnik pokarmowy [g] | 20.89 |
| Sól [g] | 5.5 | Sól [g] | 4.55 |
| | | DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE] | |
| | | parametr | zawartość razem |
| | | Wartość energetyczna [kcal] | 1974.1 |
| | | Wartość energetyczna [kJ] | 8314.7 |
| | | Białko [g] | 92.2 |
| | | Tłuszcz [g] | 50.8 |
| | | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 30.1 |
| | | Węglowodany ogółem [g] | 298.56 |
| | | Cukry [g] | 75.57 |
| | | Błonnik pokarmowy [g] | 23.32 |
| | | Sól [g] | 4.56 |

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

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 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.