

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.07.2024r. (poniedziałek)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), miód naturalny 25g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), pieczeń wieprzowa w sosie własnym (100g mięsa + 100g sosu) (1), marchew z groszkiem gotowana (1,7), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu z rzodkiewką, szczypiorkiem 100 g (7) herbata porzeczkowa 220ml, sałata 30g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt. (7)</p>	<p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M-zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), miód naturalny 25g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), bitka wieprzowa 100g, sos pietruszkowy 100g (1), marchew (kostka) gotowana (1,7), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Mus brzoskwiniowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (7), sałata 30g, herbata porzeczkowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g (7)</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek deliser 17g 1 szt., (7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II śniadanie:</b> Kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), pieczeń wieprzowa w sosie własnym (100g mięsa + 100g sos) (1), marchew z groszkiem gotowana (1,7), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia 1szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu z rzodkiewką, szczypiorkiem 100 g (7), herbata porzeczkowa 220ml, sałata 30g</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka z indyka 40g (6), sałata 30g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M-zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 100g (6), miód naturalny 25g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), bitka wieprzowa 200g, sos pietruszkowy 100g (1), marchew (kostka) gotowana (1,7), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Mus brzoskwiniowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (7), sałata 30g, herbata porzeczkowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g (7)</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/ DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek deliser 17g 1 szt., (7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II śniadanie:</b> Kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), bitka wieprzowa 100g, sos pietruszkowy 100g (1), marchew (kostka) gotowana (1,7), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia 1szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g (1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (7), herbata porzeczkowa 220ml, sałata 30g</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka z indyka 40g (6), sałata 30g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na wodzie 400ml(1,3), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), miód naturalny 25g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa brokułowa z ziemniakami bez zabelania 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), bitka wieprzowa 100g, sos pietruszkowy 100g (1), marchew (kostka) gotowana (1,7), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Mus brzoskwiniowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne 100g (1,6), szynka z indyka 60 g (7), sałata 30g, herbata porzeczkowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek owocowy 200ml</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), miód naturalny 25g 1 szt., serek wiejski 200g 1szt. (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), <u>sos pietruszkowy z fasolą czerwoną</u> 200g (1), marchew z groszkiem gotowana (1,7), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z białego sera z rzodkiewką, szczypiorkiem 100 g (7), herbata porzeczkowa 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt. (7)</p>

Wartość odżywcza jadalospisów z dnia 29.07.2024 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]	2145.1	Wartość energetyczna [kcal]	2062.2
Wartość energetyczna [kJ]	9002.6	Wartość energetyczna [kJ]	8666.5
Białko [g]	102.8	Białko [g]	78.1
Tłuszcz [g]	83.1	Tłuszcz [g]	69.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.6
Węglowodany ogółem [g]	256.78	Węglowodany ogółem [g]	291.64
Cukry [g]	55.3	Cukry [g]	62.53
Błonnik pokarmowy [g]	20.61	Błonnik pokarmowy [g]	22.01
Sól [g]	4.66	Sól [g]	3.4
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2044.9	Wartość energetyczna [kcal]	2142.2
Wartość energetyczna [kJ]	8571.6	Wartość energetyczna [kJ]	8991.9
Białko [g]	105.1	Białko [g]	86.4
Tłuszcz [g]	88.2	Tłuszcz [g]	83.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.3
Węglowodany ogółem [g]	216.59	Węglowodany ogółem [g]	270.21
Cukry [g]	36.06	Cukry [g]	55.64
Błonnik pokarmowy [g]	18.32	Błonnik pokarmowy [g]	17.12
Sól [g]	5.08	Sól [g]	4.07
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMŁECZNA [11/ML]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2049.6	Wartość energetyczna [kcal]	2032.2
Wartość energetyczna [kJ]	8593.5	Wartość energetyczna [kJ]	8533.5
Białko [g]	98.7	Białko [g]	75.8
Tłuszcz [g]	86.2	Tłuszcz [g]	75.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.6
Węglowodany ogółem [g]	229.23	Węglowodany ogółem [g]	272.74
Cukry [g]	42.7	Cukry [g]	49.65
Błonnik pokarmowy [g]	19.38	Błonnik pokarmowy [g]	19.03
Sól [g]	3.95	Sól [g]	3.66
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2134
		Wartość energetyczna [kJ]	8948.7
		Białko [g]	94.5
		Tłuszcz [g]	89
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41
		Węglowodany ogółem [g]	247.92
		Cukry [g]	48.25
		Błonnik pokarmowy [g]	18.9
		Sól [g]	4.16

*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*

## 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 karaku 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.