

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.07.2024r. (wtorek)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400 ml (1,3,7), B/M – płatki jęczmienne na wodzie 400g (1,3), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa ryżowa 400 ml (1,9), ziemniaki got. 250g, kapusta młoda zasmażana 130g (1), kielbasa wieprzowa got. 100g (6,9), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), herbata malinowa 220ml, papryka 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g (7)</p>	<p><b>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -płatki jęczmienne na wodzie 400g (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa ryżowa 400 ml (1,6,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos pomidorowy 100g (1), serek wiejski 200g (7), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus brzoskwiniowy 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 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), polędwica drobiowa 60g(6), serek deliser 17g (7), herbata czarna b/c 220 ml,sałata 30g</p> <p><b>II śniadanie:</b> kefir naturalny 150g (7)</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa ryżowa 400 ml (1,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos pomidorowy 100g (1), serek wiejski 200g (7), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), herbata malinowa b/c 220ml, papryka 100g</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), serek tartare 1szt. 20g (7), pomidor 50g, herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -płatki jęczmienne na wodzie 400g (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica drobiowa 100g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa ryżowa 400 ml (1,6,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos pomidorowy 100g (1), serek wiejski 200g (7), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus brzoskwiniowy 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 100g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g (7)</p>
<p><b>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z 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), polędwica drobiowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna b/c, sałata 30g</p> <p><b>II śniadanie:</b> kefir naturalny 150g (7)</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa ryżowa 400 ml (1,6,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos pomidorowy 100g (1), serek wiejski 200g (7), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus brzoskwiniowy 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio -pszenne 50g, graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja WĄT-CUKRZ:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), serek tartare 1szt. 20g (7), pomidor 50g,herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na wodzie 400g (1), margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa ryżowa 400 ml (1,6,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos pomidorowy 100g (1), parówka drobiowa (6), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus brzoskwiniowy 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne 100g(1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek jabłkowy 200ml</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400 ml (1,3,7), B/M – płatki jęczmienne na wodzie 400g (1,3), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek deliser 2 szt. 34g (7), miód naturalny 50g 2 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa ryżowa 400 ml (1,6,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos pomidorowy 100g (1), serek wiejski 200g (7), kompot z aronii 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko got. 2 szt. 100g (3), papryka 100g, herbata malinowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 09.07.2024r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1918.6	Wartość energetyczna [kcal]	1964.7
Wartość energetyczna [kJ]	8061	Wartość energetyczna [kJ]	8266.6
Białko [g]	70.5	Białko [g]	77.9
Tłuszcz [g]	67.2	Tłuszcz [g]	61.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.3
Węglowodany ogółem [g]	267.12	Węglowodany ogółem [g]	282.52
Cukry [g]	49.69	Cukry [g]	37.11
Błonnik pokarmowy [g]	18.52	Błonnik pokarmowy [g]	13.97
Sól [g]	5.75	Sól [g]	4.39
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
		parametr	zawartość razem
parametr	zawartość razem	Wartość energetyczna [kcal]	1954.4
		Wartość energetyczna [kJ]	8226.9
Wartość energetyczna [kcal]	1989.8	Białko [g]	87.2
Wartość energetyczna [kJ]	8362.9	Tłuszcz [g]	58.4
Białko [g]	80.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.5
Tłuszcz [g]	68.9	Węglowodany ogółem [g]	276.45
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8	Cukry [g]	36.51
Węglowodany ogółem [g]	270.02	Błonnik pokarmowy [g]	12.98
Cukry [g]	38.88	Sól [g]	5.16
Błonnik pokarmowy [g]	15.67	DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
Sól [g]	5.47	parametr	zawartość razem
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		Wartość energetyczna [kcal]	1846.8
		Wartość energetyczna [kJ]	7779.6
parametr	zawartość razem	Białko [g]	75
Wartość energetyczna [kcal]	1938.7	Tłuszcz [g]	49.6
Wartość energetyczna [kJ]	8147.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	14.3
Białko [g]	78.9	Węglowodany ogółem [g]	282.17
Tłuszcz [g]	68.5	Cukry [g]	29.41
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.6	Błonnik pokarmowy [g]	14.47
Węglowodany ogółem [g]	257.82	Sól [g]	3.75
Cukry [g]	29.25	DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
Błonnik pokarmowy [g]	12.53	parametr	zawartość razem
Sól [g]	5.44	Wartość energetyczna [kcal]	2275.4
		Wartość energetyczna [kJ]	9574.4
		Białko [g]	72.8
		Tłuszcz [g]	69.2
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.9
		Węglowodany ogółem [g]	349.94
		Cukry [g]	53.3
		Błonnik pokarmowy [g]	19.29
		Sól [g]	3.97

--	--

*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 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.