

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.02.2024 (środa)

<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% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa 60g (6), miód naturalny 25g,herbata poziomka 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got 200g (1), gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym i kielbasą zwyczajną 180g (1,6), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus truskawkowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka z piersi kurczaka 60g (6), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt. (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> zacierka na mleku 400ml (1,37), B/M-zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka konserwowa 60g(6), serek deliser 1 szt.17g (7), herbata poziomka 220ml,pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b>zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron 200g (1,3), mięso w jarzynach 180g (marchew, seler, pietruszka )(1,9), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b>mus truskawkowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka z piersi kurczaka 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g (7)</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>masło tł. 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), Szynka konserwowa 60g (6), serek deliser 17g 1 cszt., (7), herbata poziomka 220ml, ogórek kiszony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron pełnoziarnisty got 200g (1), gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym i kielbasą zwyczajną 180g (1,6), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus truskawkowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), szynka z piersi kurczaka 60g (6) herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt naturalny (7), sałata zielona 30g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na mleku 400ml (1,37), B/M-zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka konserwowa 100g(6), serek deliser 2 szt. 34g (7), herbata poziomka 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b>zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron 200g (1,3), mięso w jarzynach 200g (marchew, seler, pietruszka )(1,9), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b>mus truskawkowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka z piersi kurczaka 100g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g (7)</p>
<p><b>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa 60g(6), serek deliser1 szt.17g (7), herbata poziomka b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p><b>Obiad:</b>zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron 200g (1,3), mięso w jarzynach 180g (marchew, seler, pietruszka ) (1,9), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus truskawkowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g (1), chleb graham 50g(1), szynka z piersi kurczaka 60g (6), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt naturalny 150g (7), sałata zielona 30g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka konserwowa 80g(6), miód naturalny 25g,herbata poziomka 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b>zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,9)(bez zabielenia), makaron 200g (1,3), mięso w jarzynach 180g (marchew, seler, pietruszka )(1,9), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b>mus truskawkowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), szynka z piersi kurczaka 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus owocowy 100ml</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, serek deliser 17g (7), herbata poziomka 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron got 200g (1), gulasz węgierski z ogórkiem kiszonym bez kielbasy180g (1,6), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus truskawkowy 100g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 1 szt 50g (3), dżem brzoskwiniowy 25g, herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt. (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 21.02.2024 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]	2017.7	Wartość energetyczna [kcal]	2212.9
Wartość energetyczna [kJ]	8483.2	Wartość energetyczna [kJ]	9293.4
Białko [g]	83.3	Białko [g]	84.8
Tłuszcz [g]	69.2	Tłuszcz [g]	82.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.3
Węglowodany ogółem [g]	271.04	Węglowodany ogółem [g]	291.94
Cukry [g]	46.1	Cukry [g]	43.94
Błonnik pokarmowy [g]	11.49	Błonnik pokarmowy [g]	17.26
Sól [g]	5.83	Sól [g]	5.12
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIALKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2005.8	Wartość energetyczna [kcal]	2353.2
Wartość energetyczna [kJ]	8414.6	Wartość energetyczna [kJ]	9879.8
Białko [g]	82.9	Białko [g]	100.1
Tłuszcz [g]	78.8	Tłuszcz [g]	89.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.2
Węglowodany ogółem [g]	252.56	Węglowodany ogółem [g]	294.73
Cukry [g]	24.38	Cukry [g]	45.41
Błonnik pokarmowy [g]	23.07	Błonnik pokarmowy [g]	17.77
Sól [g]	5.81	Sól [g]	5.88
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]	1780.3	Wartość energetyczna [kcal]	2102.8
Wartość energetyczna [kJ]	7471.4	Wartość energetyczna [kJ]	8835.1
Białko [g]	71	Białko [g]	74.2
Tłuszcz [g]	70.3	Tłuszcz [g]	74
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.7
Węglowodany ogółem [g]	222.83	Węglowodany ogółem [g]	294.48
Cukry [g]	27.45	Cukry [g]	37.95
Błonnik pokarmowy [g]	14.27	Błonnik pokarmowy [g]	19.17
Sól [g]	4.85	Sól [g]	4.71
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2142.4
		Wartość energetyczna [kJ]	8992.8
		Białko [g]	76.4
		Tłuszcz [g]	85.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.5
		Węglowodany ogółem [g]	273.09
		Cukry [g]	52.41
		Błonnik pokarmowy [g]	12.07
		Sól [g]	2.37

*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 i Starszego Referenta Działu Żywnienia*

*Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia*

Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW  
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI

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 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.