

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.02.2024 (środa)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek tartare 40g 1 szt. miód naturalny 25g (7), herbata czarna 220 ml, sałata zielona 30g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron 200g (1,3), sos pieczarkowy 150g, (1,7), kompot z czarnej porzeczki 220ml, mandarynka 1 szt.</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), pasta z sera żółtego i jajka 100g (3,7), ogórek kiszony 100 g, herbata truskawkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g</p>	<p>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek tartare 20g 1 szt.(7), miód naturalny 25g,herbata leśna 220 ml, sałata strzypiasta 30g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kluski śląskie z masłem 6 szt. (1,3) , kompot z czarnej porzeczki 220ml, mandarynka 1 szt.</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z jajka i sera białego 100g (3,7), pomidor 100g, herbata truskawkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek tartare 40g 2 szt.(7), serek deliser 1 szt 17g (7),herbata czarna b/c 220 ml, sałata zielona 30g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron pełnoziarnisty 200g (1,3), sos pieczarkowy 150g, (1,7), kompot z czarnej porzeczki b/c 220ml, mandarynka 1 szt.</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z sera żółtego i jajka 100g (3,7), ogórek kiszony 100g, herbata truskawkowa b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek fromage 40 g 1 szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82%20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6),serek tartare 40g 2 szt.(7), miód naturalny 25g,herbata leśna 220 ml, sałata strzypiasta 30g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kluski śląskie z masłem 6 szt. (1,3) , kompot z czarnej porzeczki 220ml, mandarynka 1 szt.</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z jajka i sera białego 150g (3,7), pomidor 100g, herbata truskawkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g</p>
<p>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)/ DIETA OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek tartare 40g 1 szt.(7), serek deliser 1 szt 17g (7), herbata czarna b/c 220 ml, sałata zielona 30g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kluski śląskie z masłem 6 szt. (1,3), kompot z czarnej porzeczki b/c 220 ml, mandarynka 1 szt.</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka i sera białego 100g (3,7), ogórek kiszony 100g, herbata truskawkowa b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 10g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek fromage 40g 1 szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), dżem wiśniowy niskosłodzony 25g 1 szt. miód naturalny 25g, herbata leśna 220 ml, sałata strzypiasta 30g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kluski śląskie z masłem 6 szt. (1,3) , kompot z czarnej porzeczki 220ml, mandarynka 1 szt.</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z jajka 100 g (3),pomidor 100g, herbata truskawkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek tartare 40g 2 szt. (7), dżem wiśniowy niskosłodzony 50g 2 szt., herbata czarna 220 ml, sałata zielona 30g</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron 200g (1,3), sos pieczarkowy 150g, (1,7), kompot z czarnej porzeczki 220ml, mandarynka 1 szt.</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z sera żółtego i jajka 100g (3,7), ogórek kiszony 100g, herbata truskawkowa 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 14.02.2024 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]	2058.1	Wartość energetyczna [kcal]	2066.6
Wartość energetyczna [kJ]	8642	Wartość energetyczna [kJ]	8690.6
Białko [g]	62.1	Białko [g]	53.9
Tłuszcz [g]	75.8	Tłuszcz [g]	66
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32
Węglowodany ogółem [g]	277.74	Węglowodany ogółem [g]	324.21
Cukry [g]	62.77	Cukry [g]	76.58
Błonnik pokarmowy [g]	20.81	Błonnik pokarmowy [g]	20.21
Sól [g]	3.84	Sól [g]	1.9
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2130	Wartość energetyczna [kcal]	2197.7
Wartość energetyczna [kJ]	8926.5	Wartość energetyczna [kJ]	9237.1
Białko [g]	66.9	Białko [g]	56.8
Tłuszcz [g]	88.5	Tłuszcz [g]	74.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.3
Węglowodany ogółem [g]	281.91	Węglowodany ogółem [g]	336.63
Cukry [g]	46.05	Cukry [g]	86.53
Błonnik pokarmowy [g]	31.08	Błonnik pokarmowy [g]	21.59
Sól [g]	4.37	Sól [g]	2.31
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]	2087.7	Wartość energetyczna [kcal]	2061.1
Wartość energetyczna [kJ]	8765.4	Wartość energetyczna [kJ]	8669.9
Białko [g]	78.6	Białko [g]	45.9
Tłuszcz [g]	78.6	Tłuszcz [g]	63.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31
Węglowodany ogółem [g]	275.69	Węglowodany ogółem [g]	337.09
Cukry [g]	44.76	Cukry [g]	83.69
Błonnik pokarmowy [g]	18.5	Błonnik pokarmowy [g]	21.14
Sól [g]	4.11	Sól [g]	1,7
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2058.1
		Wartość energetyczna [kJ]	8642
		Białko [g]	62.1
		Tłuszcz [g]	75.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.2
		Węglowodany ogółem [g]	277.74
		Cukry [g]	62.77
		Błonnik pokarmowy [g]	20.81
		Sól [g]	3.84

--	--

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*

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.