

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.02.2024 (piątek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty salami 60g (7), B/M jajko gotowane 100g 2 szt.(3), dżem niskosłodzony wiśniowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, papryka świeża 100g</p> <p>Obiad: zupa pieczarkowa z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki got 250g, dorsz smażony 100g (1,4), sos grecki 150g (9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z sera białego i śmietany 100g(7), rzodkiewka tarta 50g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy-truskawkowy 150g (7)</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 kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g 1 szt. (7), dżem niskosłodzony wiśniowy 20g 1 szt., herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa koperkowa z makaronem 400g (1,3,7,9), ziemniaki got 250g (1), pulpet got. z dorsza 100g (1,3,4), sos jarzynowy 150g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z sera białego, mleka i koperku 100g(7), sałata strzępiasta 30g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy-truskawkowy 150g (7)</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), ser żółty salami 40g (7), serek wiejski 200g 1 szt.(7), B/M jajko gotowane 100g 2 szt.(3), herbata czarna b/c 220ml, papryka świeża 100g</p> <p>Obiad: zupa pieczarkowa z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki got 250g (1), pulpet got. z dorsza 100g (1,4), sos jarzynowy 150g (1,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml</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 białego i śmietany 100g(7), rzodkiewka tarta 50g, herbata leśna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt owocowy-truskawkowy 150g (7), herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g 1 szt. (7), jajko 2 szt. 100g, dżem niskosłodzony wiśniowy 20g 1 szt., herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa koperkowa z makaronem 400g (1,3,7,9), ziemniaki got 250g (1), pulpet got. z dorsza 200g (1,4), sos jarzynowy 150g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z sera białego, mleka i koperku 200g(7), sałata strzępiasta 30g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy-truskawkowy 150g (7)</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), ser żółty salami 40g (7), serek wiejski 200g 1 szt.(7), B/M jajko gotowane 100g 2 szt.(3), herbata czarna b/c 220ml, herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa koperkowa z makaronem 400g (1,3,7,9), ziemniaki got 250g (1), pulpet got. z dorsza 100g (1,4), sos jarzynowy 150g (1,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z sera białego, mleka i koperku 100g (7), sałata strzępiasta 30g, herbata leśna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt owocowy-truskawkowy 150g (7), herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie 400ml (), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), jajka 2 szt.(3), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p>Obiad: zupa koperkowa z makaronem niezabielana 400g (1,3,9), ziemniaki got. 250g (1), pulpet got. z dorsza 200g (1,3,4), sos jarzynowy 150g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasztet pieczony 80g(6), sałata strzępiasta 30g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty salami 60g (7), B/M jajko gotowane 100g 2 szt., dżem niskosłodzony wiśniowy 20g 1 szt., herbata czarna 220ml, papryka świeża 100g</p> <p>Obiad: zupa pieczarkowa z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki got 250g (1), dorsz smażony 100g (1,4), sos grecki 150g (9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z sera białego i śmietany 100g(7), rzodkiewka tarta 50g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy-truskawkowy 150g (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 09.02.2024 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]	2454	Wartość energetyczna [kcal]	2363.9
Wartość energetyczna [kJ]	10309	Wartość energetyczna [kJ]	9942.5
Białko [g]	92.3	Białko [g]	94.4
Tłuszcz [g]	88.3	Tłuszcz [g]	76.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41
Węglowodany ogółem [g]	332.37	Węglowodany ogółem [g]	333.61
Cukry [g]	59.2	Cukry [g]	60.82
Błonnik pokarmowy [g]	20.04	Błonnik pokarmowy [g]	17.51
Sól [g]	2.8	Sól [g]	3.33
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIALKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2416	Wartość energetyczna [kcal]	2780.6
Wartość energetyczna [kJ]	10148.6	Wartość energetyczna [kJ]	11681.8
Białko [g]	100.8	Białko [g]	129.6
Tłuszcz [g]	88.1	Tłuszcz [g]	101.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	49.4
Węglowodany ogółem [g]	314.29	Węglowodany ogółem [g]	345.61
Cukry [g]	39.62	Cukry [g]	61.97
Błonnik pokarmowy [g]	19.05	Błonnik pokarmowy [g]	17.83
Sól [g]	3.91	Sól [g]	4.02
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]	2400.7	Wartość energetyczna [kcal]	2308.6
Wartość energetyczna [kJ]	10084.6	Wartość energetyczna [kJ]	9715.1
Białko [g]	100.4	Białko [g]	79.9
Tłuszcz [g]	87.8	Tłuszcz [g]	71.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.6
Węglowodany ogółem [g]	310.85	Węglowodany ogółem [g]	341.98
Cukry [g]	37.46	Cukry [g]	68.43
Błonnik pokarmowy [g]	17.58	Błonnik pokarmowy [g]	13.46
Sól [g]	3.91	Sól [g]	2.14
		DIETA WEGETARIAŃSKA +ryba [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2454
		Wartość energetyczna [kJ]	10309
		Białko [g]	92.3
		Tłuszcz [g]	88.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.4
		Węglowodany ogółem [g]	332.37
		Cukry [g]	59.2
		Błonnik pokarmowy [g]	20.04
		Sól [g]	2.8

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 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.