

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.02.2024 (poniedziałek )

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), B/M polędwica miodowa (drobiowa) 80g (6), serek fromage ½ szt. 40g(7), herbata czarna 220 ml, papryka świeża100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron z białym serem 300g (1,3,7), kompot z mieszanki owocowej (agrest,truskawka,czarna porzeczka) 220ml, mus jabłkowy 100g 1 szt.</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z ryżu, konserwy rybnej i warzyw po grecku 100g (4,9), sałata zielona 30g 3 listki, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny150ml</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 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml (1), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), B/M polędwica miodowa (drobiowa) 80g (6), serek fromage ½ szt. 40g(7), herbata czarna 220 ml, herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), pierogi ruskie 300g 6 szt. (1,3,7), kompot z mieszanki owocowej (agrest,truskawka,czarna porzeczka) 220ml, mus jabłkowy 100g 1 szt.</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z ryżu, konserwy rybnej i warzyw po grecku 100g (4,9), sałata 30g 3 listki, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny150ml</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), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), B/M polędwica miodowa (drobiowa) 80g (6), serek fromage ½ szt. 40g(7), herbata czarna b/c 220 ml, papryka świeża100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron pełnoziarnisty z białym serem 300g (1,3,7), kompot z mieszanki owocowej (agrest,truskawka,czarna porzeczka) b/c 220ml, mus jabłkowy 100g 1 szt.</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z ryżu, konserwy rybnej i warzyw po grecku 100g (4,9), sałata 30g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), kefir naturalny150ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml (1), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 100g (6), B/M polędwica miodowa (drobiowa) 80g (6), serek fromage 1 szt. 80g(7), herbata czarna 220 ml, herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), pierogi ruskie 400g 10 szt. (1,3,7), kompot z mieszanki owocowej (agrest,truskawka,czarna porzeczka) 220ml, mus jabłkowy 100g 1 szt.</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z ryżu, konserwy rybnej i warzyw po grecku 200g (4,9), sałata 30g 3 listki, deliser 2 szt. 34g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny150 ml</p>
<p><b>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), B/M polędwica miodowa (drobiowa) 80g (6), serek fromage ½ szt. 40g (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron pełnoziarnisty z białym serem 300g (1,3,7), kompot z mieszanki owocowej (agrest,truskawka,czarna porzeczka) b/c 220ml, mus jabłkowy 100g 1 szt.</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z ryżu, konserwy rybnej i warzyw po grecku 100g (4,9), sałata zielona 30g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), kefir naturalny150ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na wodzie 400ml (1), masło tł.82%20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 80g (6), dżem porzeczkowy niskosłodzony 25g 1 szt., herbata czarna 220 ml, herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa brokułowa z ziemniakami niezabielana 400g (1,9), makaron z musem jabłkowym 300g (1,3), kompot z mieszanki owocowej (agrest,truskawka,czarna porzeczka) 220ml,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z ryżu, konserwy rybnej i warzyw po grecku 100g (4,9), sałata 30g 3 listki, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny150ml</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 1 szt. 80g, dżem porzeczkowy niskosłodzony 50g 2 szt., herbata czarna 220 ml, papryka świeża 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), pierogi ruskie 300g 6 szt. (1,3,7), kompot z mieszanki owocowej (agrest,truskawka,czarna porzeczka) 220ml, mus jabłkowy 100g 1 szt.</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z ryżu, konserwy rybnej i warzyw po grecku 100g (4,9), sałata 30g 3 listki, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny150ml</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 12.02.2024 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]	2291	Wartość energetyczna [kcal]	2129.4
Wartość energetyczna [kJ]	9627.2	Wartość energetyczna [kJ]	8934.8
Białko [g]	92.8	Białko [g]	67.9
Tłuszcz [g]	81.4	Tłuszcz [g]	84.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.8
Węglowodany ogółem [g]	304.84	Węglowodany ogółem [g]	283.98
Cukry [g]	70.25	Cukry [g]	61.99
Błonnik pokarmowy [g]	16.29	Błonnik pokarmowy [g]	19.34
Sól [g]	2.07	Sól [g]	2.03
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2227.5	Wartość energetyczna [kcal]	2779.8
Wartość energetyczna [kJ]	9358.3	Wartość energetyczna [kJ]	11645.2
Białko [g]	87	Białko [g]	95.3
Tłuszcz [g]	81.3	Tłuszcz [g]	126.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	63.4
Węglowodany ogółem [g]	293.87	Węglowodany ogółem [g]	327.41
Cukry [g]	59.92	Cukry [g]	74.37
Błonnik pokarmowy [g]	14.05	Błonnik pokarmowy [g]	23.11
Sól [g]	2.1	Sól [g]	3.42
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]	2216.1	Wartość energetyczna [kcal]	2129.4
Wartość energetyczna [kJ]	9310.4	Wartość energetyczna [kJ]	8934.8
Białko [g]	86.6	Białko [g]	67.9
Tłuszcz [g]	81	Tłuszcz [g]	84.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.8
Węglowodany ogółem [g]	291.62	Węglowodany ogółem [g]	283.98
Cukry [g]	58.3	Cukry [g]	61.99
Błonnik pokarmowy [g]	13.33	Błonnik pokarmowy [g]	19.34
Sól [g]	2.11	Sól [g]	2.03
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2459
		Wartość energetyczna [kJ]	10324.6
		Białko [g]	89.1
		Tłuszcz [g]	94.2
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	54.4
		Węglowodany ogółem [g]	321.75
		Cukry [g]	86.03
		Błonnik pokarmowy [g]	16.7
		Sól [g]	2.43

--	--

*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 glukozyowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę ( 1 );
- b) maltodekstryn na bazie pszenicy ( 1 );
- c) syropów glukozyowych 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.