

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.02.2024 (niedziela)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty salami 60g, szynka wędzona wieprzowa 60g (6), B/M szynka gotowana wieprzowa 80g (6), kawa zbożowa na mleku 220ml (1,7), ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, kotlet schabowy smażony 100g (1,3), surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130g, kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy (mango) 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka tyrolska 60g (6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 100ml</p>	<p>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), serek tartare 40g 2 szt. B/M szynka gotowana wieprzowa 80g (6), kawa zbożowa na mleku 220ml (1,7), sałat strzępiasta 30g 3 listki,</p> <p>Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, schab gotowany100g, sos koperkowy 100g (1), buraczki na ciepło130g (1), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy (mango) 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6) szynka tyrolska 60g (6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 100ml</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 60g, szynka gotowana wieprzowa 60g (6), B/M szynka gotowana wieprzowa 80g (6), kawa zbożowa na mleku b/c 220ml (1,7), ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, schab gotowany100g, sos koperkowy 100g (1), surówka z z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130g, kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy (mango) 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka tyrolska 60g (6), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 17g 1 szt., sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka gotowana wieprzowa 100g (6), serek tartare 40g 2 szt., kawa zbożowa na mleku 220ml (1,7), sałat strzępiasta 30g 3 listki,</p> <p>Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, schab gotowany 200g, sos koperkowy 100g (1), buraczki na ciepło130g (1), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy (mango) 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6)szynka tyrolska 100g (6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 100ml</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 60g, szynka gotowana wieprzowa 60g (6), B/M szynka gotowana wieprzowa 80g (6), kawa zbożowa na mleku b/c 220ml (1,7), sałata strzępiasta 30g 3 listki,</p> <p>Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, schab gotowany100g, sos koperkowy 100g (1), marchewka gotowana z jabłkiem 130g (1) , kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy (mango) 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka tyrolska 60g (6), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 17g 1 szt., sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka gotowana wieprzowa 80g (6), kawa zbożowa na wodzie 220ml (1), sałat strzępiasta 30g 3 listki,</p> <p>Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, schab gotowany100g, sos koperkowy 100g (1), buraczki na ciepło130g (1), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy (mango) 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka tyrolska 80g (6), pomidor 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 100ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty salami 60g, serek tartare 40g 2 szt. kawa zbożowa na mleku 220ml (1,7), ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), kopytka z tłuszczem 300g, (1,3), buraczki na ciepło 130g (1), surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130g, kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy (mango) 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek deliser 34g 2 szt., dżem wiśniowy 50g 2 szt. pomidor 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 100ml</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 11.02.2024 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]	2017.5	Wartość energetyczna [kcal]	2035.3
Wartość energetyczna [kJ]	8458.9	Wartość energetyczna [kJ]	8545.4
Białko [g]	76.4	Białko [g]	67.6
Tłuszcz [g]	87.8	Tłuszcz [g]	78
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.8
Węglowodany ogółem [g]	235.91	Węglowodany ogółem [g]	272.64
Cukry [g]	38.16	Cukry [g]	45.55
Błonnik pokarmowy [g]	11.39	Błonnik pokarmowy [g]	14.13
Sól [g]	4.87	Sól [g]	4.15
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2116.4	Wartość energetyczna [kcal]	2395.7
Wartość energetyczna [kJ]	8862.3	Wartość energetyczna [kJ]	10049
Białko [g]	79.1	Białko [g]	98.6
Tłuszcz [g]	101.3	Tłuszcz [g]	100.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	56.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	52.8
Węglowodany ogółem [g]	227.86	Węglowodany ogółem [g]	281.05
Cukry [g]	17.9	Cukry [g]	51.6
Błonnik pokarmowy [g]	11.97	Błonnik pokarmowy [g]	14.15
Sól [g]	5.08	Sól [g]	6.44
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]	2158.3	Wartość energetyczna [kcal]	2077.2
Wartość energetyczna [kJ]	9039	Wartość energetyczna [kJ]	8711.9
Białko [g]	80.3	Białko [g]	81.5
Tłuszcz [g]	101.9	Tłuszcz [g]	85.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	57.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.7
Węglowodany ogółem [g]	236.47	Węglowodany ogółem [g]	254.77
Cukry [g]	24.81	Cukry [g]	43.21
Błonnik pokarmowy [g]	13.27	Błonnik pokarmowy [g]	18.66
Sól [g]	5.21	Sól [g]	8.01
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2024
		Wartość energetyczna [kJ]	8512.4
		Białko [g]	56.4
		Tłuszcz [g]	66.2
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.7
		Węglowodany ogółem [g]	307.14
		Cukry [g]	54.03
		Błonnik pokarmowy [g]	13.42
		Sól [g]	3

--	--

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.