

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.02.2024 (czwartek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1,3,7), B/M – makaron na wodzie 400g (1,3), masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet mielony drobiowy smażony 100g(1,3), marchew gotowana z groszkiem 130g(1), kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw(marchew, seler, pietruszka) 100g (9), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 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: makaron na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -makaron na wodzie 400g (1), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka gotowana 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400 ml(1,9), ziemniaki got. 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g (1,3), sos koperkowy 100g (1), marchewka z jabłkiem na ciepło 130g (1), kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka) 100g (9) herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 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), szynka gotowana 60g(6), serek tartare 1szt. 20g (7), herbata czarna b/c 220 ml,ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400 ml(1,9), ziemniaki got. 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g (1,3), sos koperkowy 100g (1), marchewka gotowana z groszkiem 130g (1), kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka) 100g (9), sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), kefir naturalny 150g(7), pomidor 50g,, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -makaron na wodzie 400g (1), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka gotowana 100g (6), serek tartare 1 szt (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400 ml(1,9), ziemniaki got. 250g, pulpet drobiowy got. 200g (1,3), sos koperkowy 100g (1), marchewka z jabłkiem na ciepło 130g (1), kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 200g (9) herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150g (7)</p>
<p>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z 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), szynka gotowana 60g (6), serek taratare 1 szt. 20g(7), herbata czarna b/c, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400 ml(1,9), ziemniaki got. 250g, pulpet drobiowy gotowany100g (1,3), sos koperkowy 100g (1), marchewka z jabłkiem na ciepło 130g (1), kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka) 100g (9), sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>II Kolacja WĄT-CUKRZ: masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g, chleb 25g, graham 25g (1), kefir naturalny 150g(7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: makaron na wodzie 400g (1), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka gotowana 80g (6), dżem truskawkowy 25g 1 szt. herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400 ml(1,9), ziemniaki got. 250g, pulpet drobiowy got. 100g (1,3), sos koperkowy 100g (1), marchewka z jabłkiem na ciepło 130g (1), kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 100g (9) herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek bananowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1,3,7), B/M – makaron na wodzie 400g (1,3), masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 100g (7), dżem truskawkowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1,9), ziemniaki got. 250g, kluski śląskie z masłem 6 szt (1,3,7), marchew gotowana z groszkiem 130g (1), kompot z jabłek 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajkiem i warzyw (marchew, seler, pietruszka) 100g (3,9), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150g (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 08.02.2024 r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2173.6	Wartość energetyczna [kcal]	2135.3
Wartość energetyczna [kJ]	9137.2	Wartość energetyczna [kJ]	8984.1
Białko [g]	84.7	Białko [g]	83.4
Tłuszcz [g]	73.2	Tłuszcz [g]	65.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.9
Węglowodany ogółem [g]	302.78	Węglowodany ogółem [g]	312.23
Cukry [g]	78.29	Cukry [g]	78.29
Błonnik pokarmowy [g]	18.09	Błonnik pokarmowy [g]	18.52
Sól [g]	5.07	Sól [g]	4.9
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2504.2
		Wartość energetyczna [kJ]	10515.8
		Białko [g]	112.7
		Tłuszcz [g]	94.4
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.3
		Węglowodany ogółem [g]	310.09
		Cukry [g]	78.95
		Błonnik pokarmowy [g]	18.42
		Sól [g]	7.05
		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2146.9
		Wartość energetyczna [kJ]	9026.2
		Białko [g]	80.8
		Tłuszcz [g]	70.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.9
		Węglowodany ogółem [g]	306.18
		Cukry [g]	76.77
		Błonnik pokarmowy [g]	19.66
		Sól [g]	4.94
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2269
		Wartość energetyczna [kJ]	9546.3
		Białko [g]	64
		Tłuszcz [g]	68.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.4
		Węglowodany ogółem [g]	359.38
		Cukry [g]	96.81
		Błonnik pokarmowy [g]	21.96
		Sól [g]	2.11
parametr	zawartość razem		
Wartość energetyczna [kcal]	2173.6		
Wartość energetyczna [kJ]	9137.2		
Białko [g]	84.7		
Tłuszcz [g]	73.2		
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.5		
Węglowodany ogółem [g]	302.78		
Cukry [g]	78.29		
Błonnik pokarmowy [g]	18.09		
Sól [g]	5.07		

--	--

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 Żywienia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywienia

*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.