

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.02.2024 (wtorek)

| | |
|---|--|
| <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), kielbasa krakowska 60g (6), serek deliser 17g 1 szt.(7), herbata leśna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik 400g (1,9), kluski śląskie 300g (1,3), mięso wieprzowe duszone w jarzynach (marchew, seler, pietruszka) (mięso 80g + sos 100g) (1,9), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan1 szt</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa 60g (6) herbata czarna 220ml, ogórek kiszony100g</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir 150ml 1 szt. (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 jaglana na mleku 400ml (7), B/M-kasza jaglana na wodzie 400ml(), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa krakowska 60g(6), serek deliser 1 szt.17g (7), herbata leśna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got 300g (1), mięso wieprzowe duszone w jarzynach (marchew, seler, pietruszka) (mięso 80g + sos 100g) (1,9), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka konserwowa 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir 150 1 szt. (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), kielbasa krakowska 60g (6), serek deliser 17g 1 szt., (7), herbata leśna b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got 300g (1), mięso wieprzowe duszone w jarzynach (marchew, seler, pietruszka) (mięso 80g + sos 100g) (1,9), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa 60g (6) herbata czarna b/c 220ml, ogórek kiszony100g</p> <p>II Kolacja CUKRZ: pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek fromage ½ szt. 40g, (7), sałata 3 listki 30g ,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), kielbasa krakowska 100g (6), serek deliser 1 szt.17g (7), herbata leśna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got 300g (1), mięso wieprzowe duszone w jarzynach (marchew, seler, pietruszka) (mięso 160g + sos 200g) (1,9), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka konserwowa 100g (6), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir 150ml 1 szt. (7)</p> |
| <p>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie:masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa krakowska 60g(6), serek deliser1 szt.17g (7), herbata leśna b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got 300g (1), mięso wieprzowe duszone w jarzynach (marchew, seler, pietruszka) (mięso 80g + sos 100g) (1,9), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g (1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki</p> <p>II Kolacja CUKRZ: pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek fromage ½ szt. 40g (7), sałata 3 listki 30g ,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 (1,6), kielbasa krakowska 80g(6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata leśna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik 400g (1,9), ziemniaki got 300g (1), mięso wieprzowe duszone w jarzynach (marchew, seler, pietruszka) (mięso 80g + sos 100g) (1,9), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka konserwowa 80g (6), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: mus jabłkowy 100g 1 szt.</p> |
| | <p>DIETA WEGETARIAŃSKA [11/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), miód naturalny 25g 1 szt., serek deliser 34g 2 szt.(7), herbata leśna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa krupnik 400g (1,9), kluski śląskie 300g (1,3), jajko gotowane 100g 2 szt. (3), jarzyny gotowane 200g. (1,9), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan1 szt</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty 60g (7), dżem czarna porzeczka 25g 1 szt.,herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir 150ml 1 szt. (7)</p> |

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 27.02.2024 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] | 2378.9 | Wartość energetyczna [kcal] | 2148.1 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 9989.6 | Wartość energetyczna [kJ] | 9022.7 |
| Białko [g] | 77.8 | Białko [g] | 73.9 |
| Tłuszcz [g] | 88 | Tłuszcz [g] | 77 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 39.7 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 37.7 |
| Węglowodany ogółem [g] | 329.69 | Węglowodany ogółem [g] | 300.39 |
| Cukry [g] | 70.02 | Cukry [g] | 71.74 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 21.8 | Błonnik pokarmowy [g] | 21.2 |
| Sól [g] | 6.25 | Sól [g] | 5.06 |
| DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6] | | DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9] | |
| parametr | zawartość razem | parametr | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal] | 2022.8 | Wartość energetyczna [kcal] | 2410.6 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 7999.9 | Wartość energetyczna [kJ] | 10087.6 |
| Białko [g] | 66.5 | Białko [g] | 102.8 |
| Tłuszcz [g] | 81.1 | Tłuszcz [g] | 118.5 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 41 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 51 |
| Węglowodany ogółem [g] | 236.56 | Węglowodany ogółem [g] | 242.34 |
| Cukry [g] | 28.76 | Cukry [g] | 57.39 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 19.47 | Błonnik pokarmowy [g] | 18.65 |
| Sól [g] | 6.9 | Sól [g] | 7.03 |
| 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] | 2039.4 | Wartość energetyczna [kcal] | 1930.3 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 8543.9 | Wartość energetyczna [kJ] | 8097.1 |
| Białko [g] | 69.3 | Białko [g] | 67.7 |
| Tłuszcz [g] | 90.3 | Tłuszcz [g] | 78.8 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 45.9 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 34.6 |
| Węglowodany ogółem [g] | 248.21 | Węglowodany ogółem [g] | 245.75 |
| Cukry [g] | 31.04 | Cukry [g] | 52.25 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 21.85 | Błonnik pokarmowy [g] | 16.57 |
| Sól [g] | 5.72 | Sól [g] | 4.37 |
| | | DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE] | |
| | | parametr | zawartość razem |
| | | Wartość energetyczna [kcal] | 2365.3 |
| | | Wartość energetyczna [kJ] | 9933.4 |
| | | Białko [g] | 74.4 |
| | | Tłuszcz [g] | 88.7 |
| | | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 45.6 |
| | | Węglowodany ogółem [g] | 490.6 |
| | | Cukry [g] | 325.46 |
| | | Błonnik pokarmowy [g] | 62.25 |
| | | Sól [g] | 3.33 |

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

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 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.