

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.02.2024 (środa)

<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), polędwica drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami 400 ml (1,9), ryż z jabłkiem duszony 300g, kompot z aroni 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 malinowa 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 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), polędwica drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami 400 ml (1,9), ryż z jabłkiem duszony 300g, kompot z aroni 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), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 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), polędwica drobiowa 60g(6), serek tartare 1szt. 20g (7), herbata czarna b/c 220 ml,ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami 400 ml (1,9), ryż pełnoziarnisty z jabłkiem duszony 300g, kompot z aroni b/c 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, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), serek tartare 1szt. 20g (7), pomidor 50g, herbata malinowa 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), polędwica drobiowa 100g (6), serek tartare 1 szt (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami 400 ml (1,9), ryż z jabłkiem duszony 300g, jogurt naturalny 150g, kompot z aroni 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), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 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), polędwica drobiowa 60g (6), serek taratate 1 szt. 20g(7), herbata czarna b/c, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami 400 ml (1,9), ryż pełnoziarnisty z jabłkiem duszony 300g, kompot z aroni b/c 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, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p>II Kolacja WĄT-CUKRZ: pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), serek tartare 1szt. 20g (7), pomidor 50g,herbata malinowa 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), polędwica drobiowa 80g (6), dżem truskawkowy 25g 1 szt. herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami 400 ml (1,9), ryż z jabłkiem duszony 300g, kompot z aroni 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), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 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 tartare 2 szt. 40g (7), dżem truskawkowy 50g 2 szt., herbata czarna 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami 400 ml (1,9), ryż z jabłkiem duszony 300g, kompot z aroni 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), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 28.02.2024 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]	2292.4	Wartość energetyczna [kcal]	2273.7
Wartość energetyczna [kJ]	9654	Wartość energetyczna [kJ]	9574.4
Białko [g]	72	Białko [g]	69.4
Tłuszcz [g]	62.8	Tłuszcz [g]	63.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.9
Węglowodany ogółem [g]	370.06	Węglowodany ogółem [g]	367
Cukry [g]	122.13	Cukry [g]	113.47
Błonnik pokarmowy [g]	20.87	Błonnik pokarmowy [g]	20.24
Sól [g]	3.44	Sól [g]	3.5
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
		parametr	zawartość razem
parametr	zawartość razem	Wartość energetyczna [kcal]	2444.4
		Wartość energetyczna [kJ]	10286.4
Wartość energetyczna [kcal]	2010.1	Białko [g]	96
Wartość energetyczna [kJ]	8247	Tłuszcz [g]	73.8
Białko [g]	60.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.7
Tłuszcz [g]	54.2	Węglowodany ogółem [g]	359.06
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.2	Cukry [g]	119.3
Węglowodany ogółem [g]	308.14	Błonnik pokarmowy [g]	20.3
Cukry [g]	80.16	Sól [g]	5.47
Błonnik pokarmowy [g]	16.48	DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
Sól [g]	3.39	parametr	zawartość razem
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		Wartość energetyczna [kcal]	2077.9
		Wartość energetyczna [kJ]	8756.9
parametr	zawartość razem	Białko [g]	56.3
Wartość energetyczna [kcal]	2013.5	Tłuszcz [g]	52.9
Wartość energetyczna [kJ]	8474.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25
Białko [g]	68.4	Węglowodany ogółem [g]	352.01
Tłuszcz [g]	59.1	Cukry [g]	124.33
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.3	Błonnik pokarmowy [g]	15.97
Węglowodany ogółem [g]	310.63	Sól [g]	3.04
Cukry [g]	77.65	DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
Błonnik pokarmowy [g]	17.43	parametr	zawartość razem
Sól [g]	4.26	Wartość energetyczna [kcal]	2171.8
		Wartość energetyczna [kJ]	9142.7
		Białko [g]	55
		Tłuszcz [g]	62.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.4
		Węglowodany ogółem [g]	357.4
		Cukry [g]	128.06
		Błonnik pokarmowy [g]	19.45
		Sól [g]	1.94

--	--

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.