

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.02.2024 (niedziela)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka wędzona 60g (6), B/M szynka wędzona 80g (6), ser salami 60g (7), kakao 220 ml(7), pomidor 100 g</p> <p><b>Obiad:</b> rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, udko drobiowe podsmażane 1 szt. (1), surówka z marchewki i jabłka ze śmietaną 130g (7), kompot wiśniowy 220ml,</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), polędwica sopocka 60g(6), ogórek zielony 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek pomarańczowy 200ml</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> masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana 60g (6), B/M szynka gotowana 80g (6), serek tartare 40g 2 szt. szt. (7), kawa zbożowa na mleku 220 ml (1,7), pomidor 100 g</p> <p><b>Obiad:</b> rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, udko drobiowe gotowane 1 szt. sos koperkowy 100g (1), marchewka z jabłkiem na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy 220ml,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynki 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g(6), sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata leśna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek pomarańczowy 200ml</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka wędzona 60g (6), B/M szynka wędzona 80g (6), ser salami 60g (7), kawa zbożowa bez mleka 220 ml b/c (1), pomidor 100 g</p> <p><b>Obiad:</b> rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, udko drobiowe gotowane 1 szt. sos koperkowy 100g (1), surówka z marchewki i jabłka ze śmietaną 130g (7), kompot wiśniowy b/c 220ml,</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), polędwica sopocka 60g(6), ogórek zielony 100g, herbata leśna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek fromage 40g 1/2 szt.(7), sałata zielona 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIALKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana 100g (6), B/M szynka gotowana 100g (6), serek tartare 40g 2 szt. szt. (7), kawa zbożowa na mleku 220 ml(1,7), pomidor 100 g</p> <p><b>Obiad:</b> rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, udko drobiowe gotowane 2 szt. sos koperkowy 100g (1), marchewka z jabłkiem na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy 220ml,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynki 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 100g(6), sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata leśna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek pomarańczowy 200ml</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/ DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO 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), szynka wędzona 60g (6), B/M szynka wędzona 80g (6), ser salami 60g (7), kawa zbożowa bez mleka 220 ml b/c (1), pomidor 100 g</p> <p><b>Obiad:</b> rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, udko drobiowe gotowane 1 szt. sos koperkowy 100g (1), surówka z marchewki i jabłka ze śmietaną 130g(7), kompot wiśniowy b/c 220ml,</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), polędwica sopocka 60g(6), sałata strzępiasta 100g, herbata leśna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek fromage 40g 1/2 szt.(7), sałata zielona 30g 3 listki, , herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana 80g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g 1 szt., kawa zbożowa na wodzie 220 ml(1,7), pomidor 100 g</p> <p><b>Obiad:</b> rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, udko drobiowe gotowane 1 szt. sos koperkowy 100g (1), marchewka z jabłkiem na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy 220ml,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mandarynki 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 80g (6), sałata strzępiasta 30g 3 listki, herbata leśna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek pomarańczowy 200ml</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser salami 80g (7), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g 1 szt., kakao 220 ml (7), pomidor100 g</p> <p><b>Obiad:</b> rosół z makaronem 400g (1,3,9), kluski śląskie 300g, surówka z marchewki i jabłka ze śmietaną 150g(7), kompot wiśniowy 220ml,</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), serek fromage 80g 1 szt.(7), ogórek zielony 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek pomarańczowy 200ml</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 18.02.2024 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]	2191.1	Wartość energetyczna [kcal]	2152.7
Wartość energetyczna [kJ]	9207.6	Wartość energetyczna [kJ]	9048.1
Białko [g]	88.7	Białko [g]	90.4
Tłuszcz [g]	77.2	Tłuszcz [g]	74.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.8
Węglowodany ogółem [g]	293.45	Węglowodany ogółem [g]	287.96
Cukry [g]	90.08	Cukry [g]	83.19
Błonnik pokarmowy [g]	16.33	Błonnik pokarmowy [g]	15.69
Sól [g]	4.73	Sól [g]	4.84
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2197.3	Wartość energetyczna [kcal]	2232.2
Wartość energetyczna [kJ]	9226.6	Wartość energetyczna [kJ]	9381.5
Białko [g]	91.2	Białko [g]	101.9
Tłuszcz [g]	83.3	Tłuszcz [g]	77.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.1
Węglowodany ogółem [g]	278.63	Węglowodany ogółem [g]	289.11
Cukry [g]	69.25	Cukry [g]	83.55
Błonnik pokarmowy [g]	16.18	Błonnik pokarmowy [g]	16.2
Sól [g]	5.15	Sól [g]	6.67
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]	2220.4	Wartość energetyczna [kcal]	2062.4
Wartość energetyczna [kJ]	9317.1	Wartość energetyczna [kJ]	8670.8
Białko [g]	91.3	Białko [g]	85.1
Tłuszcz [g]	89.5	Tłuszcz [g]	69
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.3
Węglowodany ogółem [g]	270.02	Węglowodany ogółem [g]	283.48
Cukry [g]	62.42	Cukry [g]	87.12
Błonnik pokarmowy [g]	15.69	Błonnik pokarmowy [g]	16.58
Sól [g]	5.17	Sól [g]	5.04
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2390.5
		Wartość energetyczna [kJ]	10038.7
		Białko [g]	70.7
		Tłuszcz [g]	90.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	54.5
		Węglowodany ogółem [g]	331.12
		Cukry [g]	105.56
		Błonnik pokarmowy [g]	16.16
		Sól [g]	3.44

*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

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 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.