

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.02.2024 (czwartek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400 ml (7), B/M -kasza kukurydziana na wodzie 400g (), masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), B/M pierś pieczona z indyka 80g (6), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30g</p> <p>Obiad: zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (7,9), knedle z mięsem 4 szt. 300g (1,3), surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130g, kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus jabłko-mango 100g</p> <p>Kolacja: masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka tyrolska 60g (6), herbata poziomka 220ml, pomidor 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150 g(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 kukurydziana na mleku 400 ml (7), B/M -kasza kukurydziana na wodzie 400g () masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), B/M pierś pieczona z indyka 80g (6), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30g</p> <p>Obiad: zupa ryżowa 400 ml(9), ziemniaki got. 250G, mięso w jarzynach 180g (seler, marchew, pietruszka) (1,9), kompot truskawkowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mus jabłko-mango 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka tyrolska 60g (6), herbata poziomka220ml, pomidor 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt 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), pierś pieczona z indyka 60g(6), serek deliser 17g (7), B/M pierś pieczona z indyka 80g (6), herbata poziomka b/c 220 ml, sałata zielona 30g</p> <p>Obiad: zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (7, 9), ziemniaki got. 250G, mięso w jarzynach 180g (seler, marchew, pietruszka) (1,9), kompot truskawkowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mus jabłko-mango 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1),szynka tyrolska 60g (6), herbata poziomka b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>II Kolacja CUKRZ : masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt naturalny 150g (7), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400 ml (7), B/M -kasza kukurydziana na wodzie 400g () masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 100g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30g</p> <p>Obiad: zupa ryżowa 400 ml(9), ziemniaki got. 250G, mięso w jarzynach 200g (seler, marchew, pietruszka) (1,9), kompot truskawkowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mus jabłko-mango 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka tyrolska 100g (6), herbata poziomka 220ml, pomidor 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (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), pierś pieczona z indyka 60g(6), serek deliser 17g (7), herbata poziomka b/c 220 ml, sałata zielona 30g</p> <p>Obiad: zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got. 250G, mięso w jarzynach 180g (seler, marchew, pietruszka) (1,9), kompot truskawkowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mus jabłko-mango 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1),szynka tyrolska 60g (6), herbata poziomka b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>II Kolacja WĄT-CUKRZ : masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt naturalny 150g (7), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie 400g () masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 80g (6), dżem brzoskwiniowy 25g, herbata czarna 220ml, sałata zielona 30g</p> <p>Obiad: zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got. 250G, mięso w jarzynach 180g (seler, marchew, pietruszka) (1,9), kompot truskawkowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mus jabłko-mango 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka tyrolska 80g (6), miód naturalny 25g, herbata poziomka 220ml, pomidor 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400 ml (7), B/M -kasza kukurydziana na wodzie 400g (), masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek deliser 34g 2 szt. (7), dżem truskawkowy 25g, herbata czarna 220ml, sałata zielona 30g</p> <p>Obiad: zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (7,9), kluski śląskie z masłem 6 szt. (1,3,7), surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130g, kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus jabłko-mango 100g</p> <p>Kolacja: masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 100g (7), miód naturalny 25g, herbata poziomka 220ml, pomidor 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150 g(7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 01.02.2024 r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2032.8	Wartość energetyczna [kcal]	2026.3
Wartość energetyczna [kJ]	8538.9	Wartość energetyczna [kJ]	8502.9
Białko [g]	72	Białko [g]	69.3
Tłuszcz [g]	76.1	Tłuszcz [g]	80.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1
Węglowodany ogółem [g]	270.26	Węglowodany ogółem [g]	265.02
Cukry [g]	48.87	Cukry [g]	50.4
Błonnik pokarmowy [g]	10.89	Błonnik pokarmowy [g]	17.38
Sól [g]	6.73	Sól [g]	5.46
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2088.4	Wartość energetyczna [kcal]	2395.9
Wartość energetyczna [kJ]	8773.5	Wartość energetyczna [kJ]	10041.7
Białko [g]	70.3	Białko [g]	101.1
Tłuszcz [g]	78	Tłuszcz [g]	105.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	50
Węglowodany ogółem [g]	281.16	Węglowodany ogółem [g]	269.39
Cukry [g]	40.24	Cukry [g]	58.01
Błonnik pokarmowy [g]	9.83	Błonnik pokarmowy [g]	18.08
Sól [g]	7.01	Sól [g]	9.18
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]	2032.8	Wartość energetyczna [kcal]	2001.8
Wartość energetyczna [kJ]	8538.9	Wartość energetyczna [kJ]	8414.9
Białko [g]	72	Białko [g]	68.9
Tłuszcz [g]	76.1	Tłuszcz [g]	69.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.1
Węglowodany ogółem [g]	270.26	Węglowodany ogółem [g]	281.89
Cukry [g]	48.87	Cukry [g]	60.46
Błonnik pokarmowy [g]	10.89	Błonnik pokarmowy [g]	12.51
Sól [g]	6.73	Sól [g]	7.24
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2164.4
		Wartość energetyczna [kJ]	9073.6
		Białko [g]	74.9
		Tłuszcz [g]	94.4
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	55.4
		Węglowodany ogółem [g]	260.96
		Cukry [g]	51.14
		Błonnik pokarmowy [g]	14.68
		Sól [g]	4.67

--	--

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 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.