

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.02.2024 (czwartek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka tyrolska 60g (6), B/M szynka tyrolska 80g (6), serek fromage 1/2 szt. 40g (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100 g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9), łazanki z kapusta białą i mięsem wieprzowym (1,3), kompot wiśniowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), ogórek zielony 100g, herbata leśna 220ml,</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: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka tyrolska 60g (6), B/M szynka tyrolska 80g (6), serek fromage 1/2 szt. 40g(7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100 g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9), risotto z mięsa i warzyw 300g (9), sos pomidoro- wy 100g (1), kompot wiśniowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), sałata zielona 30g 3 listki, herbata leśna 220ml,</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 tyrolska 60g (6), B/M szynka tyrolska 80g (6), serek fromage 1/2 szt. 40g (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100 g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9), zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9), łazanki z kapusta białą i mięsem wieprzowym (1,3), kompot wiśniowy b/c 220ml,</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 60g(6), ogórek zielony 100g, herbata leśna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 10g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), kefir naturalny 150g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka tyrolska 100g (6), serek fromage 1 szt. 80g(7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100 g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9), risotto z mięsa i warzyw 350g (9), sos pomidoro- wy 100g (1), kompot wiśniowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 100g(6), sałata zielona 30g 3 listki, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150g(7)</p>
<p>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)/ DIETA 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 tyrolska 60g (6), B/M szynka tyrolska 80g (6), serek fromage 1/2 szt. 40g (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100 g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9), risotto z mięsa i warzyw 300g (9), sos pomido- rowy 100g (1), kompot wiśniowy b/c 220ml,</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 60g(6), sałata zielona 30g 3 listki, herbata leśna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), kefir naturalny 150g(7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml (1), masło tł.82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka tyrolska 80g (6), dżem niskosłodzony porzeczkowy 25g 1 szt., herbata czarna 220 ml, pomidor 100 g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9), risotto z mięsa i warzyw 300g (9), sos pomidoro- wy 100g (1), kompot wiśniowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 80g(6), sałata zielona 30g 3 listki, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek pomarańczowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 1 szt. 80g (7), dżem niskosłodzony porzeczkowy 25g 1 szt., herbata czarna 220 ml, pomidor 100 g</p> <p>Obiad: zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9), risotto z warzyw 300g (9), sos pomidorowy 100g (1), kompot wiśniowy 220ml,</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), konserwa rybna 1 szt. 160g (4,9), ogórek zielony 100g, herbata leśna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150g (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 15.02.2024 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]	2240.6	Wartość energetyczna [kcal]	2411.4
Wartość energetyczna [kJ]	9402.9	Wartość energetyczna [kJ]	10101.3
Białko [g]	71.6	Białko [g]	75.8
Tłuszcz [g]	87.3	Tłuszcz [g]	110.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	55.4
Węglowodany ogółem [g]	302.48	Węglowodany ogółem [g]	285.87
Cukry [g]	59.23	Cukry [g]	62
Błonnik pokarmowy [g]	21.14	Błonnik pokarmowy [g]	17.06
Sól [g]	3.29	Sól [g]	3.36
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIALKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2180.5	Wartość energetyczna [kcal]	2772.1
Wartość energetyczna [kJ]	9148.8	Wartość energetyczna [kJ]	11593.2
Białko [g]	65.7	Białko [g]	92.5
Tłuszcz [g]	87.3	Tłuszcz [g]	143.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	72.9
Węglowodany ogółem [g]	292.37	Węglowodany ogółem [g]	287.1
Cukry [g]	49.61	Cukry [g]	45.94
Błonnik pokarmowy [g]	18.93	Błonnik pokarmowy [g]	18.14
Sól [g]	3.32	Sól [g]	4.58
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]	2235.2	Wartość energetyczna [kcal]	2216.2
Wartość energetyczna [kJ]	9356.9	Wartość energetyczna [kJ]	9298
Białko [g]	67.8	Białko [g]	63.7
Tłuszcz [g]	108.3	Tłuszcz [g]	89.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	49.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.8
Węglowodany ogółem [g]	254.26	Węglowodany ogółem [g]	298.2
Cukry [g]	47.33	Cukry [g]	71.07
Błonnik pokarmowy [g]	14.44	Błonnik pokarmowy [g]	18.04
Sól [g]	3.38	Sól [g]	2.67
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2420.6
		Wartość energetyczna [kJ]	10165.7
		Białko [g]	72.4
		Tłuszcz [g]	88.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.7
		Węglowodany ogółem [g]	343.74
		Cukry [g]	74.62
		Błonnik pokarmowy [g]	22.13
		Sól [g]	2.35

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.