

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.05.2024r. (poniedziałek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), miód naturalny 25g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml,
Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, kotlet mielony wieprzowy 100g (1,3), kalafior gotowany z bułką tartą (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml
Podwieczorek: Mandarynka 1 szt.
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka i groszku zielonego 100 g (3), herbata porzeczkowa 220ml, sałata strzępiasta 3 listki
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g 1 szt. (7)

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]

Śniadanie:masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek deliser 17g 1 szt., (7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml
II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)
Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, gotowany pulpet wieprzowy 100g (1,3), sos pietruszkowy 100g (1), fasolka szparagowa gotowana 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/c 220ml
Podwieczorek: Mandarynka 1szt.
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka i groszku zielonego 100 g (3), herbata porzeczkowa 220ml, sałata strzępiasta 3 listki
II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), pierś z indyka 40g, sałata 30g, herbata porzeczkowa b/c 220ml

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)/
DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]

Śniadanie:masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek deliser 17g 1 szt., (7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml
II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)
Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, gotowany pulpet wieprzowy 100g (1,3), sos pietruszkowy 100g (1), fasolka szparagowa gotowana 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/c 220ml
Podwieczorek: Mandarynka 1szt.
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g (1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka i koperku 100g (3), herbata porzeczkowa 220ml, sałata strzępiasta 3 listki
II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), pierś z indyka 40g, sałata 30g, herbata porzeczkowa b/c 220ml

DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]

Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,37), B/M-zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), miód naturalny 25g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml,
Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, gotowany pulpet wieprzowy 100g (1,3), sos pietruszkowy 100g (1), fasolka szparagowa gotowana 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml
Podwieczorek: Mus brzoskwiniowy 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z jajka i koperku 100g (3), sałata strzępiasta 3 listki, herbata porzeczkowa 220ml
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,37), B/M-zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 100g (6), miód naturalny 25g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, gotowany pulpet wieprzowy 200g (1,3), sos pietruszkowy 100g (1), fasolka szparagowa gotowana 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml
Podwieczorek: Mus brzoskwiniowy 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z jajka i koperku 150g (3), sałata strzępiasta 3 listki, herbata porzeczkowa 220ml
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: zacierka na wodzie 400ml(1,3), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), miód naturalny 25g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml,
Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem bez zabielenia 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, gotowany pulpet wieprzowy 100g (1,3), sos pietruszkowy 100g (1), fasolka szparagowa gotowana 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml
Podwieczorek: Mus brzoskwiniowy 100g
Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z jajka i koperku 100g (3), sałata strzępiasta 3 listki, herbata porzeczkowa 220ml
Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]

Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), miód naturalny 25g 1 szt., serek wiejski 200g 1szt. (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, kotlet z kaszy jaglanej 100g (1,3), kalafior gotowany z bułką tartą (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml
Podwieczorek: Mandarynka 1 szt.
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka i groszku zielonego 100 g (3), herbata porzeczkowa 220ml, sałata strzępiasta 3 listki
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g 1 szt. (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 20.05.2024 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]	2145.1	Wartość energetyczna [kcal]	2062.2
Wartość energetyczna [kJ]	9002.6	Wartość energetyczna [kJ]	8666.5
Białko [g]	102.8	Białko [g]	78.1
Tłuszcz [g]	83.1	Tłuszcz [g]	69.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.6
Węglowodany ogółem [g]	256.78	Węglowodany ogółem [g]	291.64
Cukry [g]	55.3	Cukry [g]	62.53
Błonnik pokarmowy [g]	20.61	Błonnik pokarmowy [g]	22.01
Sól [g]	4.66	Sól [g]	3.4
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2044.9	Wartość energetyczna [kcal]	2142.2
Wartość energetyczna [kJ]	8571.6	Wartość energetyczna [kJ]	8991.9
Białko [g]	105.1	Białko [g]	86.4
Tłuszcz [g]	88.2	Tłuszcz [g]	83.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.3
Węglowodany ogółem [g]	216.59	Węglowodany ogółem [g]	270.21
Cukry [g]	36.06	Cukry [g]	55.64
Błonnik pokarmowy [g]	18.32	Błonnik pokarmowy [g]	17.12
Sól [g]	5.08	Sól [g]	4.07
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]	2049.6	Wartość energetyczna [kcal]	2032.2
Wartość energetyczna [kJ]	8593.5	Wartość energetyczna [kJ]	8533.5
Białko [g]	98.7	Białko [g]	75.8
Tłuszcz [g]	86.2	Tłuszcz [g]	75.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.6
Węglowodany ogółem [g]	229.23	Węglowodany ogółem [g]	272.74
Cukry [g]	42.7	Cukry [g]	49.65
Błonnik pokarmowy [g]	19.38	Błonnik pokarmowy [g]	19.03
Sól [g]	3.95	Sól [g]	3.66
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2134
		Wartość energetyczna [kJ]	8948.7
		Białko [g]	94.5
		Tłuszcz [g]	89
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41
		Węglowodany ogółem [g]	247.92
		Cukry [g]	48.25
		Błonnik pokarmowy [g]	18.9
		Sól [g]	4.16

--	--

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 Działu Żywienia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywienia

*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 glukozy na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);*
 - b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);*
 - c) syropów glukozy 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.