

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.05.2024r. (wtorek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa 220 ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (7,9), makaron z sosem pieczarkowym (200 g makaron + 100g sos), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka got. wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150ml (7)</p> <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa b/c 220 ml, ogórek zielony 100g</p> <p>II śniadanie: kefir naturalny 150ml (7)</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (7,9), makaron pełnoziarnisty z sosem pieczarkowym (200 g makaron + 100g sos), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka got. wieprzowa. 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica drobiowa miodowa 40g (6), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU)/ DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (6), herbata porzeczkowa b/c 220 ml, rukola 30g</p> <p>II śniadanie: kefir naturalny 150ml (7)</p> <p>Obiad:zupa brokułowa z ziemniakami 400g (7,9), makaron z jabłkiem 300g (200g makaron + 100g jabłka), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka got. wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica drobiowa miodowa 40g (6), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6),pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa 220 ml, rukola 30g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (7,9), makaron z jabłkiem 300g (200g makaron + 100g jabłka), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6) szynka got. wieprzowa. 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150ml (7)</p> <p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 100g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa 220 ml, rukola 30g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (7,9), makaron z jabłkiem 300g (200g makaron + 100g jabłka), kompot wiśniowy 220ml, serek wiejski 200g (7)</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprzowa 100g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150ml (7)</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400ml (), margaryna roślinna 80% 10g , pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 60g (6), dżem wiśniowy 25g 1 szt., herbata porzeczkowa 220 ml, rukola 30g</p> <p>Obiad:zupa brokułowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,9), makaron z jabłkiem 300g (200g makaron + 100g jabłka), kompot wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6),szynka got. wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: mus mango 100g</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko got. 2 szt 50g. (3), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (6), herbata porzeczkowa 220 ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (7,9), makaron z sosem pieczarkowym (200 g makaron + 100g sos), kompot z wiśniowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 80 g 1szt. (7), dżem wiśniowy 25g 1 szt., pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150ml (7)</p>
---	---

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 12.03.2024r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2100.5	Wartość energetyczna [kcal]	2147.8
Wartość energetyczna [kJ]	8833.6	Wartość energetyczna [kJ]	9033
Białko [g]	63.4	Białko [g]	61.9
Tłuszcz [g]	68.1	Tłuszcz [g]	69.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.7
Węglowodany ogółem [g]	316.97	Węglowodany ogółem [g]	327.79
Cukry [g]	86.95	Cukry [g]	87.51
Błonnik pokarmowy [g]	17.33	Błonnik pokarmowy [g]	17.5
Sól [g]	3.29	Sól [g]	3.15
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1851.4	Wartość energetyczna [kcal]	2373.3
Wartość energetyczna [kJ]	7780	Wartość energetyczna [kJ]	9978.3
Białko [g]	62.3	Białko [g]	90.6
Tłuszcz [g]	65.4	Tłuszcz [g]	79.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.1
Węglowodany ogółem [g]	260.21	Węglowodany ogółem [g]	333.09
Cukry [g]	45.56	Cukry [g]	86.18
Błonnik pokarmowy [g]	13.74	Błonnik pokarmowy [g]	18.11
Sól [g]	3.33	Sól [g]	3.95
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]	1984.6	Wartość energetyczna [kcal]	2141
Wartość energetyczna [kJ]	8342.4	Wartość energetyczna [kJ]	9019.6
Białko [g]	62.3	Białko [g]	61.9
Tłuszcz [g]	67.2	Tłuszcz [g]	57
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.9
Węglowodany ogółem [g]	290.7	Węglowodany ogółem [g]	353.12
Cukry [g]	59.26	Cukry [g]	73.66
Błonnik pokarmowy [g]	16.52	Błonnik pokarmowy [g]	16.6
Sól [g]	3.21	Sól [g]	3.02
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2082.5
		Wartość energetyczna [kJ]	8767.9
		Białko [g]	61.5
		Tłuszcz [g]	59.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.3
		Węglowodany ogółem [g]	334.57
		Cukry [g]	102.49
		Błonnik pokarmowy [g]	17.77
		Sól [g]	1.97

--	--

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 Żywności

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywności

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 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.