

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.05.2024r. (poniedziałek)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> makaron na mleku 400 ml (1,3,7), B/M – makaron na wodzie 400g (1,3), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (7,9), ziemniaki gotowane 250g , gotowana pierś drobiowa 100g, sos musztardowy 100g (1,7,10), surówka kapusty młodej koperku i marchewki z olejem rzepakowym 130g, kompot porzeczkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka) 100g (9), sałata 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Kefir naturalny 150ml (7)</p>	<p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> makaron na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -makaron na wodzie 400g (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (7,9), ziemniaki 250g, pulpet drobiowy 100g (1,3) sos koperkowy 100g (1), marchew na ciepło 130g (1), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka) 100g (9), sałata 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), szynka got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>II śniadanie:</b> kefir naturalny 150 ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (7,9), ziemniaki gotowane 250g , gotowana pierś drobiowa 100g, sos musztardowy 100g (1,7,10), surówka kapusty młodej koperku i marchewki z olejem rzepakowym 130g, kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka) 100g (9), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), szynka miodowa drobiowa 4g (6), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> makaron na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -makaron na wodzie 400g (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprz. 100g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (7,9), ziemniaki 250g, pulpet drobiowy 200g (1,3) sos koperkowy 100g (1), marchew na ciepło 130g (1), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 200g (9), sałata 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>II śniadanie:</b> kefir naturalny 150 ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (7,9), ziemniaki gotowane 250g , pulpet drobiowy 100g (1,3) sos koperkowy 100g (1), marchew na ciepło 130g (1), kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 15g% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka) 100g (9), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja WĄT-CUKRZ:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), szynka miodowa drobiowa 4g (6), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> makaron na wodzie 400g (1), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprz. 60g (6), dżem porzeczkowy 25g 1 szt. herbata poziomkowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ryżem bez zabielenia 400 ml (9), ziemniaki 250g, pulpet drobiowy 100g (1,3) sos koperkowy 100g (1), marchew na ciepło 130g (1), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 100g (9), sałata 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek wieloowocowy 200ml</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> makaron na mleku 400 ml (1,3,7), B/M – makaron na wodzie 400g (1,3), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), twaróg półtł. 70g (7), dżem porzeczkowy 50g 2 szt., herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (7,9), ziemniaki gotowane 200g , jajko gotowane 100g 2 szt. (3), sos musztardowy 100g (1,7,10), surówka kapusty młodej koperku i marchewki z olejem rzepakowym 130g, kompot porzeczkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i warzyw (marchew, seler, pietruszka) 100g (4,9), sałata 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 27.05.2024r.

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]	2221.3	Wartość energetyczna [kcal]	2321.7
Wartość energetyczna [kJ]	9329.5	Wartość energetyczna [kJ]	9744.9
Białko [g]	83.2	Białko [g]	83.9
Tłuszcz [g]	80.3	Tłuszcz [g]	90.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.4
Węglowodany ogółem [g]	302.37	Węglowodany ogółem [g]	301.97
Cukry [g]	76.04	Cukry [g]	66.77
Błonnik pokarmowy [g]	21.88	Błonnik pokarmowy [g]	18.56
Sól [g]	3.64	Sól [g]	3.45
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1962.5	Wartość energetyczna [kcal]	2475.2
Wartość energetyczna [kJ]	8240.6	Wartość energetyczna [kJ]	10386.3
Białko [g]	81.7	Białko [g]	105.5
Tłuszcz [g]	71.4	Tłuszcz [g]	99.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.5
Węglowodany ogółem [g]	259.11	Węglowodany ogółem [g]	298.41
Cukry [g]	37.89	Cukry [g]	58.73
Błonnik pokarmowy [g]	22.01	Błonnik pokarmowy [g]	18.11
Sól [g]	4.97	Sól [g]	4.45
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]	2081.5	Wartość energetyczna [kcal]	2213.2
Wartość energetyczna [kJ]	8737.3	Wartość energetyczna [kJ]	9299.9
Białko [g]	82.9	Białko [g]	71.9
Tłuszcz [g]	78.7	Tłuszcz [g]	77.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.7
Węglowodany ogółem [g]	271.34	Węglowodany ogółem [g]	315.8
Cukry [g]	37.25	Cukry [g]	75.01
Błonnik pokarmowy [g]	22.1	Błonnik pokarmowy [g]	18.7
Sól [g]	5	Sól [g]	2.75
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2211.3
		Wartość energetyczna [kJ]	9304.1
		Białko [g]	98.6
		Tłuszcz [g]	66.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.4
		Węglowodany ogółem [g]	315.14
		Cukry [g]	93.84
		Błonnik pokarmowy [g]	21.83
		Sól [g]	3.57

--	--

*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 Żywnienia*

*Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia*

*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 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.