

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.03.2024r. (piątek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>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), ser żółty 60g (7), miód naturalny 25g, pomidor 100g, kakao na mleku 220ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki 250g, dorsz smażony 100g (1,4) w sosie greckim 150g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: Kiwi 1 szt.</p> <p>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 czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g 1 szt. (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: 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), serek wiejski 200g (7), miód naturalny 25g, pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 220ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki 250g, pulpet gotowany z dorsza 100g (4), w sosie jarzynowym 150g (1,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: Kiwi 1szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z jajka i koperku 100g (3), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g 1 szt. (7)</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 220ml (7)</p> <p>II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki 250g, pulpet gotowany z dorsza 100g (4), w sosie jarzynowym 150g (1,9), kompot porzeczkowy 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), pasta z jajka i groszku zielonego 100 g (3), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 17g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIALKOWA [9]</p> <p>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), serek wiejski 200g (7), miód naturalny 25g, pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 220ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki 250g, pulpet gotowany z dorsza 200g (4), w sosie jarzynowym 150g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: Kiwi 1szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z jajka i koperku 150g (3), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g 1 szt. (7)</p>
<p>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 220ml (7)</p> <p>II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki 250g, pulpet gotowany z dorsza 100g (4), w sosie jarzynowym 150g (1,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: Kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g (1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka i koperku 100g (3), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 17g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasztet pieczony 60g (1,3,6,7,9) miód naturalny 25g, pomidor 100g, kawa zbożowa na wodzie 220ml</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem bez zabielenia 400g (1,9), ziemniaki 250g, pulpet gotowany z dorsza 100g (4), w sosie jarzynowym 150g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: Kiwi 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z jajka i koperku 100g (3), sałata strzępiasta 3 listki, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: mus owocowy 100ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</p> <p>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), serek wiejski 200g (7), miód naturalny 25g, pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 220ml</p> <p>Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki 250g, dorsz smażony 100g (1,4) w sosie greckim 150g (1,9), kompot porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: Kiwi 1 szt.</p> <p>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 czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g 1 szt. (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 22.03.2024 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]	2015	Wartość energetyczna [kcal]	2161.8
Wartość energetyczna [kJ]	8465.4	Wartość energetyczna [kJ]	9074.4
Białko [g]	87.8	Białko [g]	92.5
Tłuszcz [g]	69.9	Tłuszcz [g]	82.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.9
Węglowodany ogółem [g]	269.61	Węglowodany ogółem [g]	272.56
Cukry [g]	45.73	Cukry [g]	51.29
Błonnik pokarmowy [g]	22.09	Błonnik pokarmowy [g]	20.38
Sól [g]	3	Sól [g]	2.54
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1916.7	Wartość energetyczna [kcal]	2378.4
Wartość energetyczna [kJ]	8046.3	Wartość energetyczna [kJ]	9980.5
Białko [g]	81.3	Białko [g]	110.9
Tłuszcz [g]	74.1	Tłuszcz [g]	93.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.7
Węglowodany ogółem [g]	238.13	Węglowodany ogółem [g]	282.6
Cukry [g]	43.4	Cukry [g]	51.29
Błonnik pokarmowy [g]	14.37	Błonnik pokarmowy [g]	20.46
Sól [g]	2.63	Sól [g]	2.87
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]	1900.8	Wartość energetyczna [kcal]	2058.7
Wartość energetyczna [kJ]	7981.8	Wartość energetyczna [kJ]	8639.1
Białko [g]	85.4	Białko [g]	74.6
Tłuszcz [g]	72.5	Tłuszcz [g]	78.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.4
Węglowodany ogółem [g]	232.68	Węglowodany ogółem [g]	273.85
Cukry [g]	41.9	Cukry [g]	45.19
Błonnik pokarmowy [g]	12.3	Błonnik pokarmowy [g]	23.22
Sól [g]	2.61	Sól [g]	3.74
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2015
		Wartość energetyczna [kJ]	8465.4
		Białko [g]	87.8
		Tłuszcz [g]	69.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.3
		Węglowodany ogółem [g]	269.61
		Cukry [g]	45.73
		Błonnik pokarmowy [g]	22.09
		Sól [g]	3

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.