

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.03.2024r. (środa)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), kielbasa krakowska 60g (6), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 25g 1 szt, herbata malinowa 220 ml, papryka 100g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z lanym ciastem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, potrawka z kurczaka 180g (kapusta kiszona, groszek konserwowy, marchewka seler, pietruszka)(1,9), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,7), sałata strzępiasta 30g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: Soczek multiwitamina 200ml</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa krakowska 60g (6), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 25g 1 szt, herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z lanym ciastem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, potrawka z kurczaka 180g (marchewka seler, pietruszka) (1,9), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,7), sałata strzępiasta 30g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: Soczek multiwitamina 200ml</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), kielbasa krakowska 60g (6), serek tartare 20g 1 szt (7), herbata malinowa b/c 220 ml, papryka 100g</p> <p>II śniadanie: jogurt naturalny 150 g (7)</p> <p>Obiad: zupa wiejska z lanym ciastem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, potrawka z kurczaka 180g (kapusta kiszona, groszek konserwowy, marchewka seler, pietruszka) (1,9), kompot truskawkowy c/c 220ml</p> <p>Podwieczorek : jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,7), sałata strzępiasta 30g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka wiepsz. got. 40g (6), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa krakowska 100g (6), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 25g 1 szt, herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z lanym ciastem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, potrawka z kurczaka 250g (marchewka seler, pietruszka) (1,9), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z tuńczyka i twarogu 150g (4,7), sałata strzępiasta 30g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: Soczek multiwitamina 200ml</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),kielbasa krakowska 60g (6), serek tartare 20g 1 szt (7), herbata malinowa b/c 220 ml, pomidor 100g</p> <p>II śniadanie: jogurt naturalny 150 g (7)</p> <p>Obiad: zupa wiejska z lanym ciastem 400g (1,3,9) ziemniaki gotowane 250g, potrawka z kurczaka 180g (marchewka seler, pietruszka) (1,9), kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek : jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,7), sałata strzępiasta 30g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka wiepsz. got. 40g (6), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa krakowska 60g (6), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 25g 1 szt, herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z lanym ciastem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, potrawka z kurczaka 250g (marchewka seler, pietruszka) (1,9), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z tuńczyka <u>bez twarogu</u> 100g (4), sałata strzępiasta 30g, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: Soczek multiwitamina 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek topiony 100g (7), herbata malinowa 220 ml, papryka 100g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z lanym ciastem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, z sosem warzywnym 130g (1,9), jajko got. 50g 1 szt. (3), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), s pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,7), sałata strzępiasta 30g, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Soczek multiwitamina 200ml</p>

LEGENDA: NAZWA NUMERACJI ALERGENÓW W ODDZIAŁACH (KĄCIKI ŻYWIENIOWE)

Opracował Dietetyk Działu Żywienia, data opracowania: 04.03.2024r.

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]	1997.2	Wartość energetyczna [kcal]	2042.6
Wartość energetyczna [kJ]	8410.8	Wartość energetyczna [kJ]	8605.5
Białko [g]	100.6	Białko [g]	100.1
Tłuszcz [g]	55.4	Tłuszcz [g]	54.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.1
Węglowodany ogółem [g]	282.04	Węglowodany ogółem [g]	293.97
Cukry [g]	72.22	Cukry [g]	73.38
Błonnik pokarmowy [g]	16.14	Błonnik pokarmowy [g]	13.95
Sól [g]	3.91	Sól [g]	3.94
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1963.3	Wartość energetyczna [kcal]	2233
Wartość energetyczna [kJ]	8257.1	Wartość energetyczna [kJ]	9401.9
Białko [g]	107.2	Białko [g]	122.2
Tłuszcz [g]	63.5	Tłuszcz [g]	65.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31
Węglowodany ogółem [g]	248.09	Węglowodany ogółem [g]	296.01
Cukry [g]	39.05	Cukry [g]	74.15
Błonnik pokarmowy [g]	15.22	Błonnik pokarmowy [g]	14.02
Sól [g]	5.1	Sól [g]	5.4
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]	1950.8	Wartość energetyczna [kcal]	2077.5
Wartość energetyczna [kJ]	8212.7	Wartość energetyczna [kJ]	8751.3
Białko [g]	110.1	Białko [g]	110.1
Tłuszcz [g]	57.2	Tłuszcz [g]	56.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25.3
Węglowodany ogółem [g]	255.6	Węglowodany ogółem [g]	288.6
Cukry [g]	42.49	Cukry [g]	63.4
Błonnik pokarmowy [g]	13.9	Błonnik pokarmowy [g]	14.19
Sól [g]	4.28	Sól [g]	5.39
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	1941.6
		Wartość energetyczna [kJ]	8168.1
		Białko [g]	78
		Tłuszcz [g]	61.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.5
		Węglowodany ogółem [g]	275.36
		Cukry [g]	72.78
		Błonnik pokarmowy [g]	13.75
		Sól [g]	4.49

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 Żywienia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywienia

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.