

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.03.2024r. (poniedziałek)

| | |
|---|---|
| <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), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa krakowska 60g (6), dżem wiśniowy 25g 1 szt., herbata porzeczkowa 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa solferino z groszkiem 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), duszony zraz wieprzowy w sosie własnym (mięso 100g + sos 100g) (1,3), sałatka z buraków i cebuli 130g, mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 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), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir naturalny 150ml 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: 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), kiełbasa krakowska 60g (6), dżem wiśniowy 25g 1 szt., herbata porzeczkowa 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa solferino z ziemniakami 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1,3), marchewka got 130g (1) , mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka konserwowa 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir 150 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), kiełbasa krakowska 40g (6), serek wiejski 200g 1 op., (7), herbata porzeczkowa b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa solferino z groszkiem 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1,3), sałatka z buraków i cebuli 130g, mieszanka kompotowa b/c (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,7), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica drobiowa 30g (6), pomidor 50g, 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), kiełbasa krakowska 100g (6), dżem wiśniowy 25g 1 szt., herbata porzeczkowa 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa solferino z ziemniakami 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 200g + sos 100g) (1,3), marchewka got 130g (1) , mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z tuńczyka i twarogu 150g (4,7), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir 150ml 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), kiełbasa krakowska 40g (6), serek wiejski 200g 1 op., (7), herbata porzeczkowa b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>II Śniadanie: Kefir 150 ml (7)</p> <p>Obiad: zupa solferino z ziemniakami 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1,3), marchewka got 130g (1) , mieszanka kompotowa b/c (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt</p> <p>Kolacja:masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,7), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica drobiowa 30g (6), pomidor 50g, 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), kiełbasa krakowska 80g(6), dżem wiśniowy 25g 1 szt., herbata porzeczkowa 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa solferino z ziemniakami 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1,3), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z tuńczyka bez twarogu 100g (4), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: mus brzoskwiniovowy 100g 1 szt.</p> |
| | <p>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</p> <p>Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), dżem porzeczkowy 50g 2 szt., serek fromage 40g 1/2 szt.(7), herbata porzeczkowa 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa solferino z ziemniakami 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), kotlet ziemniaczany w sosie pietruszkowym (kotlet 100g + sos 100g) (1,3), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,7), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: kefir 150ml 1 szt. (7)</p> |

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 04.03.2024 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] | 2183.5 | Wartość energetyczna [kcal] | 2210.3 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 9168.9 | Wartość energetyczna [kJ] | 9284.5 |
| Białko [g] | 92.3 | Białko [g] | 90.4 |
| Tłuszcz [g] | 81.4 | Tłuszcz [g] | 80 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 37.3 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 36.6 |
| Węglowodany ogółem [g] | 279.91 | Węglowodany ogółem [g] | 291.12 |
| Cukry [g] | 60.52 | Cukry [g] | 58.6 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 19.16 | Błonnik pokarmowy [g] | 18.37 |
| Sól [g] | 4.26 | Sól [g] | 4.17 |
| DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6] | | DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9] | |
| parametr | zawartość razem | parametr | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal] | 2218.5 | Wartość energetyczna [kcal] | 2492.8 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 9317.5 | Wartość energetyczna [kJ] | 10465.1 |
| Białko [g] | 107.4 | Białko [g] | 113.9 |
| Tłuszcz [g] | 81.6 | Tłuszcz [g] | 95.9 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 39.5 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 42.4 |
| Węglowodany ogółem [g] | 272.71 | Węglowodany ogółem [g] | 302.81 |
| Cukry [g] | 50.32 | Cukry [g] | 61.2 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 18.27 | Błonnik pokarmowy [g] | 18.83 |
| Sól [g] | 4.15 | Sól [g] | 4.69 |
| 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] | 2216.8 | Wartość energetyczna [kcal] | 2103.7 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 9307.1 | Wartość energetyczna [kJ] | 8835.7 |
| Białko [g] | 104.1 | Białko [g] | 73.7 |
| Tłuszcz [g] | 84.5 | Tłuszcz [g] | 76 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 40.5 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 32.1 |
| Węglowodany ogółem [g] | 268.89 | Węglowodany ogółem [g] | 291.24 |
| Cukry [g] | 47.31 | Cukry [g] | 49.13 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 17.96 | Błonnik pokarmowy [g] | 20.45 |
| Sól [g] | 4.69 | Sól [g] | 4.53 |
| | | DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE] | |
| | | parametr | zawartość razem |
| | | Wartość energetyczna [kcal] | 2158.9 |
| | | Wartość energetyczna [kJ] | 9074.9 |
| | | Białko [g] | 64.3 |
| | | Tłuszcz [g] | 71.8 |
| | | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 38.2 |
| | | Węglowodany ogółem [g] | 324.31 |
| | | Cukry [g] | 74.43 |
| | | Błonnik pokarmowy [g] | 21.21 |
| | | Sól [g] | 2.57 |
| | | | |

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

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 i Starszego Referenta 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 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.