

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.03.2024r. (wtorek)

<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), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare 20g 1 szt (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, gotowany schab wieprzowy 100g w sosie pietruszkowym 100g (1), buraczki zasmażane 130g (1,7), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z konserwy rybnej śledź, ogórka konserwowego i jajka 100g (1,3,4,6,7,9,10), sałata 30g 3 liście, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g</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 20g 1 szt (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g</p> <p>II śniadanie: Kefir naturalny 150 g (7)</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, gotowany schab wieprzowy 100g w sosie pietruszkowym 100g (1), surówka z pomidorów z olejem rzep. 130g, kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek : mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z konserwy rybnej śledź, ogórka konserwowego i jajka 100g (1,3,4,6,7,9,10), sałata 30g 3 liście, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 17g (6), sałata strzępiasta 30g, 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 20g 1 szt (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g</p> <p>II śniadanie: Kefir naturalny 150 g (7)</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, gotowany schab wieprzowy 100g w sosie pietruszkowym 100g (1), surówka z pomidorów z olejem rzep. 130g, kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek : mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z konserwy rybnej śledź i jajka 100g (1,3,4,6,7,9,10), sałata 30g 3 liście, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 17g (6), sałata strzępiasta 30g, 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: 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), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek tartare 20g 1 szt (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, gotowany schab wieprzowy 100g w sosie pietruszkowym 100g (1), surówka z pomidorów z olejem rzep. 130g, kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z konserwy rybnej śledź i jajka 100g (1,3,4,6,7,9,10), sałata 30g 3 liście, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g</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), pierś pieczona z indyka 100g (6), serek tartare 20g 1szt (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, gotowany schab wieprzowy 200g w sosie pietruszkowym 100g (1), surówka z pomidorów z olejem rzep. 130g, kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z konserwy rybnej śledź i jajka 150g (1,3,4,6,7,9,10), sałata 30g 3 liście, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g</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), pierś pieczona z indyka 80g (6), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem bez zabielenia 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, gotowany schab wieprzowy 100g w sosie pietruszkowym 100g (1), surówka z pomidorów z olejem rzep. 130g, kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z konserwy rybnej śledź i jajka 100g (1,3,4,6,7,9,10), sałata 30g 3 liście, herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g</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 wiejski 200g (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, jajko gotowane 2 szt, sos pietruszkowy 100g (1) buraczki zasmażane 130g (1,7), kompot truskawkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek : mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z konserwy rybnej śledź i jajka 100g (1,3,4,6,7,9,10), sałata 30g 3 liście, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g</p>
--	---

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]	2013.2	Wartość energetyczna [kcal]	1995.5
Wartość energetyczna [kJ]	8460.7	Wartość energetyczna [kJ]	8377.6
Białko [g]	79.1	Białko [g]	73.4
Tłuszcz [g]	69.2	Tłuszcz [g]	76
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.8
Węglowodany ogółem [g]	277.13	Węglowodany ogółem [g]	262.74
Cukry [g]	55.27	Cukry [g]	43.78
Błonnik pokarmowy [g]	17.62	Błonnik pokarmowy [g]	16.59
Sól [g]	2.34	Sól [g]	2.21
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2007.2	Wartość energetyczna [kcal]	2265.5
Wartość energetyczna [kJ]	8425.9	Wartość energetyczna [kJ]	9514.7
Białko [g]	77.8	Białko [g]	107
Tłuszcz [g]	78	Tłuszcz [g]	84.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.5
Węglowodany ogółem [g]	255.56	Węglowodany ogółem [g]	277.89
Cukry [g]	41.89	Cukry [g]	47.48
Błonnik pokarmowy [g]	14.39	Błonnik pokarmowy [g]	16.96
Sól [g]	2.68	Sól [g]	2.52
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]	2007.2	Wartość energetyczna [kcal]	1964.1
Wartość energetyczna [kJ]	8425.9	Wartość energetyczna [kJ]	8254.5
Białko [g]	77.8	Białko [g]	76.2
Tłuszcz [g]	78	Tłuszcz [g]	67.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.2
Węglowodany ogółem [g]	255.56	Węglowodany ogółem [g]	270.57
Cukry [g]	41.89	Cukry [g]	38.52
Błonnik pokarmowy [g]	14.39	Błonnik pokarmowy [g]	16.86
Sól [g]	2.68	Sól [g]	1.9
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2131.5
		Wartość energetyczna [kJ]	8947.7
		Białko [g]	86
		Tłuszcz [g]	82.4
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.9
		Węglowodany ogółem [g]	269.46
		Cukry [g]	48.8
		Błonnik pokarmowy [g]	16.44
		Sól [g]	2.43

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

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.