

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.10.2024r. (piątek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1] 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), ser żółty 60g (7), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Obiad: zupa brokułowa makaronem 400g (1,7,9), pierogi ruskie 300g 6 szt. (1), kompot porzeczkowy 220ml Podwieczorek: nektarynka 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g (3), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), sałata 30g, herbata malinowa 220ml Posilek dodatkowy: jogurt jagodowy b/c 150g (7)</p> <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6] Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1 op. (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g Obiad: zupa brokułowa makaronem 400g (1,7,9), makaron pełnoziarnisty z serem białym 300g (1,7), kompot porzeczkowy b/c 220ml, Podwieczorek: nektarynka 1 szt. / ok. 100g Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g (3), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), sałata 30g, herbata malinowa b/c 220ml, II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 34g 2 szt. (7), pomidor 50g, herbata malinowa b/c 220ml</p> <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6] Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1 op. (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g Obiad: zupa brokułowa makaronem 400g (1,7,9), makaron (łazankowy) z serem białym 300g (1,7), kompot porzeczkowy b/c 220ml Podwieczorek: mus owocowy 100g Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g (3), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), sałata 30g, herbata malinowa b/c 220ml, II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 34g 2 szt. (7), pomidor 50g, herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3] 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), serek deliser 34g 2 szt. (7), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Obiad:zupa brokułowa makaronem 400g (1,7,9), makaron (łazankowy) z serem białym 300g (1,7), kompot porzeczkowy 220ml, Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 150g Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6) jajko gotowane 50g (3), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), sałata 30g, herbata malinowa 220ml Posilek dodatkowy: jogurt jagodowy b/c 150g (7)</p> <p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] 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), serek deliser 34g 2 szt. (7), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Obiad: zupa brokułowa makaronem 400g (1,7,9), makaron (łazankowy) z serem białym 300g (1,7), kompot porzeczkowy 220ml Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 150g Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), jajko gotowane 50g (3), serek tartare ziołowy 40g 2 szt. (7), sałata 30g, herbata malinowa 220ml Posilek dodatkowy: jogurt jagodowy b/c 150g (7)</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZ MLECZNA [11/ML] Śniadanie: kasza jaglana na wodzie 400ml, margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), dżem brzoskwiniowy 50g 2 szt., miód naturalny 25g 1szt., herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Obiad: zupa brokułowa makaronem 400g (1,9), makaron (łazankowy) <u>z jabłkiem pieczonym</u> 300g (1) kompot porzeczkowy 220ml, Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 150g Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), jajko gotowane 50g (3), dżem wiśniowy 25g 1 szt., sałata 30g, herbata malinowa 220ml Posilek dodatkowy: soczek pomarańczowy 200ml</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE] Śniadanie: kasza jaglana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty 60g (7), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220 ml, pomidor100g Obiad: zupa brokułowa makaronem 400g (1,7,9), pierogi ruskie 300g 6 szt. (1), kompot porzeczkowy 220ml, Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 150g Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g (3), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), sałata 30g, herbata malinowa 220ml Posilek dodatkowy: jogurt jagodowy b/c 150g (7)</p>
--	--

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 04.10.2024r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2195.8	Wartość energetyczna [kcal]	1886.3
Wartość energetyczna [kJ]	9208.1	Wartość energetyczna [kJ]	7932.1
Białko [g]	68.3	Białko [g]	66.3
Tłuszcz [g]	92.1	Tłuszcz [g]	60.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.7
Węglowodany ogółem [g]	282.41	Węglowodany ogółem [g]	277.64
Cukry [g]	52.6	Cukry [g]	58.78
Błonnik pokarmowy [g]	18.01	Błonnik pokarmowy [g]	18
Sól [g]	3.36	Sól [g]	3.35
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2029.7	Wartość energetyczna [kcal]	2093.2
Wartość energetyczna [kJ]	8532.6	Wartość energetyczna [kJ]	8798.6
Białko [g]	77	Białko [g]	91.8
Tłuszcz [g]	63.1	Tłuszcz [g]	70.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.2
Węglowodany ogółem [g]	303.23	Węglowodany ogółem [g]	280.96
Cukry [g]	53.4	Cukry [g]	58.59
Błonnik pokarmowy [g]	29.92	Błonnik pokarmowy [g]	17.91
Sól [g]	3.49	Sól [g]	4.21
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]	1826.1	Wartość energetyczna [kcal]	1834
Wartość energetyczna [kJ]	7677.7	Wartość energetyczna [kJ]	7719.2
Białko [g]	68.6	Białko [g]	56.8
Tłuszcz [g]	59.9	Tłuszcz [g]	51.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.1
Węglowodany ogółem [g]	261.7	Węglowodany ogółem [g]	295
Cukry [g]	44.7	Cukry [g]	64.66
Błonnik pokarmowy [g]	17.28	Błonnik pokarmowy [g]	20.58
Sól [g]	3.4	Sól [g]	3.09
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2155.5
		Wartość energetyczna [kJ]	9050.9
		Białko [g]	81.6
		Tłuszcz [g]	80.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.6
		Węglowodany ogółem [g]	284.31
		Cukry [g]	51.72
		Błonnik pokarmowy [g]	18.01

	Wartość energetyczna [kcal]	2155.5
	Wartość energetyczna [kJ]	9050.9
	Sól [g]	1.83

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 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.