

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.10.2024r. (niedziela)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprz. 60g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku (1,7) 220 ml, papryka 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, kotlet schabowy wieprzowy smażony 100g (1,3), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, marchewką, ogórkiem zielonym i olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy 220ml,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus wieloowocowy 100g</p>	<p><b>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa szynkowa wieprz. 60g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku (1,7) 220 ml, roszponka 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, schab wieprzowy gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1,7), marchew kostka na ciepło 130g (1,7), kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6) szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus wieloowocowy 100g</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprz. 60g (6), serek fromage 40g 1/2 szt. (7), kawa zbożowa na mleku b/c (1,7) 220 ml, papryka 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, schab wieprzowy gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, marchewką, ogórkiem zielonym i olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare 20g 1 szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa szynkowa wieprz.100g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku (1,7) 220 ml, roszponka 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, schab wieprzowy gotowany 200g, sos koperkowy 100g (1,7), marchew kostka na ciepło 130g (1,7), kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 100g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus wieloowocowy 100g</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/ DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprz. 60g (6), kawa zbożowa na mleku b/c (1,7) 220 ml, roszponka 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, schab wieprzowy gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1,7), marchew kostka na ciepło 130g (1,7), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare 20g 1 szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na wodzie 400ml (), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa szynkowa wieprz. 60g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g 1 szt., kawa zbożowa na wodzie 220 ml (1), roszponka 30g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, schab wieprzowy gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1), marchew kostka na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus wieloowocowy 100g</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>kasza manna na mleku 400ml (7) , masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1szt. (7), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku (1,7) 220 ml, papryka 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, <u>sos koperkowy z ciecierzycą 200g (1)</u>, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, marchewką, ogórkiem zielonym i olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu 100g (7), i rzodkiewki 50g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus wieloowocowy 100g</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 13.10.2024r.

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]	2021.8	Wartość energetyczna [kcal]	1914.1
Wartość energetyczna [kJ]	8501.5	Wartość energetyczna [kJ]	8058.4
Białko [g]	83.4	Białko [g]	81.2
Tłuszcz [g]	64.5	Tłuszcz [g]	54
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.7
Węglowodany ogółem [g]	287.27	Węglowodany ogółem [g]	285.12
Cukry [g]	66.7	Cukry [g]	62.86
Błonnik pokarmowy [g]	21.21	Błonnik pokarmowy [g]	18.69
Sól [g]	3.13	Sól [g]	3.25
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1928.7	Wartość energetyczna [kcal]	2106
Wartość energetyczna [kJ]	8106.8	Wartość energetyczna [kJ]	8865.9
Białko [g]	91.1	Białko [g]	109.5
Tłuszcz [g]	65.2	Tłuszcz [g]	60.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.5
Węglowodany ogółem [g]	253.01	Węglowodany ogółem [g]	291
Cukry [g]	44.38	Cukry [g]	63.11
Błonnik pokarmowy [g]	17.62	Błonnik pokarmowy [g]	19
Sól [g]	3.8	Sól [g]	4.09
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]	1887.5	Wartość energetyczna [kcal]	1875.3
Wartość energetyczna [kJ]	7936	Wartość energetyczna [kJ]	7903.5
Białko [g]	87.1	Białko [g]	91.5
Tłuszcz [g]	62.5	Tłuszcz [g]	45.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	19.6
Węglowodany ogółem [g]	251.76	Węglowodany ogółem [g]	285.85
Cukry [g]	47.4	Cukry [g]	47.29
Błonnik pokarmowy [g]	15.56	Błonnik pokarmowy [g]	20.53
Sól [g]	3.91	Sól [g]	3.1
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	1931.7
		Wartość energetyczna [kJ]	8125.3
		Białko [g]	79.5
		Tłuszcz [g]	59.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.4
		Węglowodany ogółem [g]	280.44
		Cukry [g]	67.98
		Błonnik pokarmowy [g]	20.95
		Sól [g]	2.21

*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 SO<sub>2</sub> 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.