

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.01.2024 (wtorek)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (1,7),B/M- kasza manna na wodzie 400 ml(1) masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka konserwo- wa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt.(7), herbata owoce leśne 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami 400g(1,7,9), makaron z jabłkiem duszonym 300g (1,3), kompot truskawkowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta mięsna z warzywami 100g (9), herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 150g</p>	<p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄ- CYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), szynka konserwowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt.(7), herbata herbata owoce leśne 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b>zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1,7,9), makaron z jabłkiem duszonym 300g (1,3), kompot truskawkowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b>masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta mięsna z warzywami 100g (9), herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 150g</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>masło 82%20g(7), pieczywo żytnio -pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt., herbata herbata owoce leśne 220ml, ogórek zielony 100g,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa barszcz ukraiński z fasolą Jaś z ziemniakami 400g(1,7,9), makaron pełnoziar- nisty z serem białym 300g (1,3,7), kompot truskawkowy b/c 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, graham 50g (1), pasta mięsna z warzywami 100g (9), herbata czarna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ:</b> masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek wiejski 200ml(7), pomidor 30g, herbata czarna bez cukru 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIALKOWA [9](WYSOKOBIALKOWA)</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), szynka konserwowa 100g (6), serek tartare 20g 1 szt.(7), herbata herbata owoce leśne 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1,7,9), makaron z serem białym 300g (1,3,7), kompot truskawkowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta mięsna z warzywami 100g (9), serek deliser 2 szt. 34 g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 150g</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU DIETA OGRANI- CZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA)/(CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka kon- serwowa 60g (6), serek tartare 20g 1 szt., pomidor 50g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1,7,9), makaron z serem białym 300g (1,3,7), kompot truskawkowy b/c 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g, graham 25g(1), pasta mięsna z warzywami 100g (9), herbata czarna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek wiejski 200ml(7), pomidor 30g, herbata czarna bez cukru 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na wodzie 400ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka konserwowa 80g (6), herbata herbata owoce leśne 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b>zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1,7,9), makaron z jabłkiem duszonym 300g (1,3), kompot truskawkowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b>masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), pasta mięsna z warzywami 100g (9), her- bata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 150g</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA [ WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400 ml(1) masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200ml(7), herbata owoce leśne 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami 400g(1,7,9), makaron z jabłkiem duszo- nym 300g (1,3), kompot truskawkowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta wa- rzywna 100g (9), herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 150g</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 16.01.2024 r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4](WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3](WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2222.5	Wartość energetyczna [kcal]	2225.6
Wartość energetyczna [kJ]	9361.8	Wartość energetyczna [kJ]	9375.1
Białko [g]	66.9	Białko [g]	65.3
Tłuszcz [g]	60.5	Tłuszcz [g]	60.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8
Węglowodany ogółem [g]	360.78	Węglowodany ogółem [g]	362.84
Cukry [g]	102.43	Cukry [g]	101.86
Błonnik pokarmowy [g]	16.75	Błonnik pokarmowy [g]	16.5
Sól [g]	5.96	Sól [g]	4.24
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2129	Wartość energetyczna [kcal]	2225.6
Wartość energetyczna [kJ]	8939.1	Wartość energetyczna [kJ]	9375.1
Białko [g]	101.6	Białko [g]	65.3
Tłuszcz [g]	78	Tłuszcz [g]	60.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8
Węglowodany ogółem [g]	266.55	Węglowodany ogółem [g]	362.84
Cukry [g]	32.54	Cukry [g]	101.86
Błonnik pokarmowy [g]	23.15	Błonnik pokarmowy [g]	16.5
Sól [g]	7.45	Sól [g]	4.24
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2129	Wartość energetyczna [kcal]	2225.6
Wartość energetyczna [kJ]	8939.1	Wartość energetyczna [kJ]	9375.1
Białko [g]	101.6	Białko [g]	65.3
Tłuszcz [g]	78	Tłuszcz [g]	60.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8
Węglowodany ogółem [g]	266.55	Węglowodany ogółem [g]	362.84
Cukry [g]	32.54	Cukry [g]	101.86
Błonnik pokarmowy [g]	23.15	Błonnik pokarmowy [g]	16.5
Sól [g]	7.45	Sól [g]	4.24

	<b>DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]</b>	
	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
	Wartość energetyczna [kcal]	2222.4
	Wartość energetyczna [kJ]	9361.8
	Białko [g]	66.9
	Tłuszcz [g]	60.5
	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32
	Węglowodany ogółem [g]	360.78
	Cukry [g]	102.43
	Błonnik pokarmowy [g]	16.75
	Sól [g]	5.96

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 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.