

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.01.2024 (czwartek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 350ml(1), masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7),ogórek zielony 100g, herbata owoce leśne220 ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 100 g(1), kielbasa szynkowa 60g (6) herbata czarna 220ml, pomidor 100g,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwinowy 100g</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA), / WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 40g (7), ogórek zielony 100g,herbata owoce leśne b/c 220 ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), spaghetti pełnoziarniste mięsno-warzywne 300g (1,3,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50 g(1), chleb graham 50g (1), kielbasa szynkowa 60g (6 ), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ :</b> masło 82%(7), pieczywo żytnio-pszenne 25 g(1), chleb graham 25g(1), serek tartare 40 g 2 szt (7), sałata 3 listki 30g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], (WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA)</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 40g (7), sałata 30g,herbata owoce leśne b/c 220 ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50 g(1), chleb graham 50g (1), kielbasa szynkowa 60g (6 ), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g,</p> <p><b>II Kolacja WĄT-CUKRZ:</b> masło 82%(7), pieczywo żytnio-pszenne 25 g(1), chleb graham 25g(1), serek tartare 40 g 2 szt (7), sałata 3 listki 30g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), serek deliser 17g 1 szt. (7), jajko gotowane 140g (3), ogórek zielony 50g, herbata owoce leśne 220 ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), spaghetti warzywne 300g (1,3,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 100 g(1), miód naturalny 1 szt, serek tartare 2 szt. (7), herbata czarna 220ml, pomidor 100g,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwinowy 100g</p>	<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA [2]</p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400ml(1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło 82%20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 1 szt. 20g(7), sałata zielona 30 g, herbata owoce leśne 220 ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100 g(1,6), kielbasa szynkowa 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwinowy 100g</p> <p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SO-KU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA)</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400ml(1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło 82%20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 1 szt. 20g(7), sałata 30 g, herbata owoce leśne 220 ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100 g(1,6), kielbasa szynkowa 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwinowy 100g</p> <p><b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400ml(1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło 82%20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), szynka z indyka 60g (6), serek deliser 1 szt. 20g(7), sałata 30 g, herbata owoce leśne 220 ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100 g(1,6), kielbasa szynkowa 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwinowy 100g</p> <p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](WYSOKOBIAŁKOWA)</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 400ml(1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło 82%20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka z indyka 100g (6), serek deliser 1 szt. 20g(7), sałata 30 g, herbata owoce leśne 220 ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100 g(1,6), kielbasa szynkowa 100g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwinowy 100g</p> <p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na wodzie 400ml(1), masło 82%20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka z indyka 80g (6), dżem niskosłodzony morelowy 25g, 1 szt, sałata 30 g, herbata leśne 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (1,7,9), spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100 g(1,6), kielbasa szynkowa 80g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwinowy 100g</p>
---	---

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 11.01.2024 r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETA ŁATWOSTRAWNA [2]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2035.2	Wartość energetyczna [kcal]	2049.3
Wartość energetyczna [kJ]	8541.2	Wartość energetyczna [kJ]	8600.9
Białko [g]	70.2	Białko [g]	69.5
Tłuszcz [g]	78	Tłuszcz [g]	78.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38
Węglowodany ogółem [g]	273.89	Węglowodany ogółem [g]	277.7
Cukry [g]	51.07	Cukry [g]	50.94
Błonnik pokarmowy [g]	21.83	Błonnik pokarmowy [g]	21.83
Sól [g]	5.29	Sól [g]	5.28
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4](WRZODOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość[kcal]	2055.8	Wartość energetyczna [kcal]	2049.3
Wartość energetyczna [kJ]	8626.8	Wartość energetyczna [kJ]	8600.9
Białko [g]	69.7	Białko [g]	69.5
Tłuszcz [g]	81.2	Tłuszcz [g]	78.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38
Węglowodany ogółem [g]	270.37	Węglowodany ogółem [g]	277.7
Cukry [g]	36.09	Cukry [g]	50.94
Błonnik pokarmowy [g]	17.84	Błonnik pokarmowy [g]	21.83
Sól [g]	5.14	Sól [g]	5.28
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA		ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3](WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2020.9	Wartość energetyczna [kcal]	2049.3
Wartość energetyczna [kJ]	8483.2	Wartość energetyczna [kJ]	8600.9
Białko [g]	69.4	Białko [g]	69.5
Tłuszcz [g]	77.4	Tłuszcz [g]	78.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38
Węglowodany ogółem [g]	270.32	Węglowodany ogółem [g]	277.7
Cukry [g]	36.5	Cukry [g]	50.94
Błonnik pokarmowy [g]	17.83	Błonnik pokarmowy [g]	21.83
Sól [g]	5.14	Sól [g]	5.28

DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2075	Wartość energetyczna [kcal]	2269.4
Wartość energetyczna [kJ]	8712	Wartość energetyczna [kJ]	9515.6
Białko [g]	64.9	Białko [g]	89.9
Tłuszcz [g]	76.8	Tłuszcz [g]	94.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	55.7
Węglowodany ogółem [g]	291.77	Węglowodany ogółem [g]	274.8
Cukry [g]	50.98	Cukry [g]	51.9
Błonnik pokarmowy [g]	21.83	Błonnik pokarmowy [g]	21.83
Sól [g]	2.89	Sól [g]	8.31
		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2002.8
		Wartość energetyczna [kJ]	8407.6
		Białko [g]	72.1
		Tłuszcz [g]	74.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.6
		Węglowodany ogółem [g]	270.76
		Cukry [g]	50.05
		Błonnik pokarmowy [g]	21.62
		Sól [g]	6.12

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.