

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.01.2023 (piątek)

<p style="text-align: center;">DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie:masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), ser żółty salami 40g (7), miód 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku 220ml(1,7), pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z zacierką 350 ml(1,3,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 80g (1,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g, mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1),chleb graham 25g(1), pasta z jajek i sera białego ze szczypiorkiem70g(3,7), B/M- jajko gotowane 2 szt (3), herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150 ml(7)</p> <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)</p> <p>Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio -pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), serek deliser 34g, 2 szt. (7), kawa zbożowa bez mleka b/c 220ml(1), pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z zacierką 350 ml, ziemniaki got. 250g, pulpet gotowany z dorsza 80g (1,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g, mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) b/c220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g, graham 25g(1), pasta z jajek i sera białego ze szczypiorkiem70g(3,7), herbata czarna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g, chleb graham 25g (1), jogurt naturalny 150ml(7), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], (WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA)</p> <p>Śniadanie:masło 82%20g(7), pieczywo żytnio -pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), serek deliser 34g, 2 szt. (7), kawa zbożowa bez mleka b/c 220ml (1), pomidor 50g</p> <p>Obiad:zupa wiejska z zacierką 350 ml, ziemniaki got. 250g, pulpet gotowany z dorsza 80g(1,3,4), marchew gotowana 130g (1), mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g, graham 25g(1), pasta z jajek i sera białego z natką pietruszki 70g(3,7), herbata czarna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g, chleb graham 25g (1), jogurt naturalny 150ml(7), sałata 30g, herbata czarna bez cukru 220ml</p> <p style="text-align: center;">DIETA WEGETARIAŃSKA + RYBA [WE]</p> <p>Śniadanie:masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), ser żółty salami 40g (7), miód 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku 220ml(1,7), pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z zacierką 350 ml(1,3,9), ziemniaki got. 250g, kotlet smażony z dorsza 80g (1,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g, mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1),chleb graham 25g(1), pasta z jajek i sera białego ze szczypiorkiem70g(3,7), B/M- jajko gotowane 2 szt (3), herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150 ml(7)</p> <p>Zupa mleczna: płatki owsiane na mleku 350ml (1,7)</p>	<p style="text-align: center;">DIETA ŁATWOSTRAWNA [2]</p> <p>Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), serek deliser 34g, 2 szt. (7), miód 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku 220ml(1,7), pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z zacierką 350 ml(1,3,9), ziemniaki got. 250g, pulpet gotowany z dorsza 80g (1,3,4), sos pietruszkowy 100g (1), marchew gotowana 130g (1),mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), pasta z jajek i sera białego z natką pietruszki 70g(3,7),B/M- jajko gotowane 2 sz (3), herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150 ml(7)</p> <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA)</p> <p>Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), serek deliser 34g,2szt (7), miód 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku 220ml (1,7), pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z zacierką 350 ml(1,3,9), ziemniaki got. 250g, pulpet gotowany z dorsza 80g (1,3,4), sos pietruszkowy 100g (1), marchew gotowana 130g (1), mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), pasta z jajek i sera białego z natką pietruszki 70g(3,7),B/M- jajko gotowane 2 sz (3), herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150 ml(7)</p> <p style="text-align: center;">ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)</p> <p>Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), serek deliser 34g, 2 szt. (7), miód 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku 220ml(1,7), pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z zacierką 350 ml(1,3,7), ziemniaki got. 250g, pulpet gotowany z dorsza 80g (1,3,4), sos pietruszkowy 100g (1), marchew gotowana 130g (1),mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), pasta z jajek i sera białego z natką pietruszki 70g(3,7),B/M- jajko gotowane 2 sz (3), herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150 ml(7)</p> <p style="text-align: center;">DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](WYSOKOBIAŁKOWA)-porcja x 2</p> <p>Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), serek deliser 34g, 2 szt. (7), jajko got.1 szt. (3)miód 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku 220ml(1,7),pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z zacierką 350 ml(1,3,9), ziemniaki got. 250g, pulpet gotowany z dorsza 160g (1,3,4), sos pietruszkowy 100g (1), marchew gotowana 130g (1), mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), pasta z jajek i sera białego z natką pietruszki 140g (3,7), B/M- jajko gotowane 2 sz (3), herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150 ml(7)</p> <p style="text-align: center;">DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]</p> <p>Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), jajko 1 szt. (3), miód 25g 1 szt., kawa zbożowa na wodzie 220ml(1,7), pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa wiejska z zacierką 350 ml(1,3,9), ziemniaki got. 250g, pulpet gotowany z dorsza 80g (1,3,4), sos pietruszkowy 100g (1), marchew gotowana 130g (1), mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), pasztet drobiowy (1,6,7,9), herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek pomarańczowy 200 ml</p>
--	---

Wartość odżywcza diet jadłospisu z dnia 05.01.2023 r.

<p style="text-align: center;">DIETA PODSTAWOWA [1]</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2032.2 [kJ] 8546.8, Białko [g] 60.8, Tłuszcz [g] 63.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30.3, Węglowodany ogółem [g] 313.89, Cukry [g] 58.02, Błonnik pokarmowy [g] 30.77, Sól [g] 3.35.</p>	<p style="text-align: center;">DIETA ŁATWOSTRAWNA [2]</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2171.5, [kJ] 9110.6, Białko [g] 74.4, Tłuszcz [g] 88.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.7, Węglowodany ogółem [g] 277.85, Cukry [g] 47.92, Błonnik pokarmowy [g] 26.41, Sól [g] 4.23.</p>
<p style="text-align: center;">DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2155.5, [kJ] 9049.6, Białko [g] 119.1, Tłuszcz [g] 84.8, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 43.2, Węglowodany ogółem [g] 234.43, Cukry [g] 25.48, Błonnik pokarmowy [g] 21.18, Sól [g] 5.42.</p>	<p style="text-align: center;">DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA)</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2171.5, [kJ] 9110.6, Białko [g] 74.4, Tłuszcz [g] 88.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.7, Węglowodany ogółem [g] 277.85, Cukry [g] 47.92, Błonnik pokarmowy [g] 26.41, Sól [g] 4.23..</p>
<p style="text-align: center;">ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2203.8, [kJ] 9244.7, Białko [g] 105.8, Tłuszcz [g] 92.4, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 51.3, Węglowodany ogółem [g] 243.24, Cukry [g] 26.16, Błonnik pokarmowy [g] 21.11, Sól [g] 5.45.</p>	<p style="text-align: center;">ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2171.5, [kJ] 9110.6, Białko [g] 74.4, Tłuszcz [g] 88.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.7, Węglowodany ogółem [g] 277.85, Cukry [g] 47.92, Błonnik pokarmowy [g] 26.41, Sól [g] 4.23.</p>
<p style="text-align: center;">DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2049.5 [kJ] 8633.1 Białko [g] 66.5, Tłuszcz [g] 55.1, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30.3, Węglowodany ogółem [g] 330.31, Cukry [g] 60.21, Błonnik pokarmowy [g] 30.24, Sól [g] 3.11.</p>	<p style="text-align: center;">DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2108.6, [kJ] 8866.1, Białko [g] 114.7, Tłuszcz [g] 70.6, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 36.2, Węglowodany ogółem [g] 261.03, Cukry [g] 45.35, Błonnik pokarmowy [g] 25.01, Sól [g] 5.99.</p>
	<p style="text-align: center;">DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2053.1, [kJ] 8633.2, Białko [g] 62.9, Tłuszcz [g] 65.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 28.7, Węglowodany ogółem [g] 312.38, Cukry [g] 59, Błonnik pokarmowy [g] 30.88, Sól [g] 3.9</p>

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerko-wiec, 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

Jadłospis opracowany przez Dietetyka i Starszego Referenta Działu Żywienia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywienia

Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI

ZAŁĄCZNIK II

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.