

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.01.2024 (piątek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml masło tł. 2%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 100g (7), miód naturalny 25g, herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: zupa pomidorowa z makaronem 400g(1,3,7,9), kotlet rybny smażony z dorsza 100g (1,3,4), surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50(1), pasztet pieczony 80g (6), herbata czarna 220ml, sałata strzypiasta 3 liście, 30g

Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150 ml (7)

DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]

Śniadanie: masło tł.82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, pomidor 100g

Obiad: zupa pomidorowa z makaronem 400g (1,3,7,9), pulpet rybny 100g (1,3,4), sos koperkowy 100g (1), surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowym 130g , kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, graham 50g(1), pasztet pieczony 80g (6), herbata czarna 220ml, sałata strzypiasta 3 listki 30g,

II Kolacja CUKRZ : masło tł. 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt owocowy 150 ml (7), pomidor 50g, B/M pomidor 50 g, herbata czarna b/c

DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]

Śniadanie: masło 82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 100g (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, pomidor 50g

Obiad: zupa pomidorowa z makaronem 350g(1,3,7,9), pulpet rybny 100g (1,3,4), sos koperkowy 100g (1), surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, graham 50g (1), pasztet pieczony 80g (6), herbata czarna 220ml, sałata strzyp. 3listki

II Kolacja WĄT-CUKRZ: masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt owocowy 150 ml (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c

DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), serek wiejski 200g (7), miód naturalny 25g, herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: zupa pomidorowa z makaronem 400g(1,3,7,9), pulpet got. z dorsza 100g (1,3,4), sos koperkowy 100g (1), puree z selera 130g (1,9) kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: banan 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 100g (1), pasztet pieczony 80g (6), herbata czarna 220ml, sałata strzypiasta 3 listki

Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150 ml (7)

DIETA BOGATOBIALKOWA [9](WYSOKOBIALKOWA)

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), serek wiejski 200g (7), miód naturalny 25g, herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: zupa pomidorowa z makaronem 400g(1,3,7,9), pulpet got. z dorsza 100g (1,3,4), sos koperkowy 100g (1), puree z selera 130g (1,9) kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: banan 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 100g(1), pasztet pieczony 80g (6), herbata czarna 220ml, sałata strzypiasta 3 listki 30g

Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150 ml (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [

Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400ml, masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek fromage 50g (7), miód naturalny 25g, herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: zupa pomidorowa z makaronem 400g(1,3,7,9), pulpet got. z dorsza 100g (1,3,4), sos koperkowy 100g (1), puree z selera 130g (1,9) kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: banan 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 100g (1), pasztet pieczony 80g (6), herbata czarna 220ml, sałata strzypiasta 3 listki 30g

Posilek dodatkowy: mus brzoskwiński 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 400ml masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 100g (7), miód naturalny 25g, herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: zupa pomidorowa z makaronem 400g(1,3,7,9), kotlet rybny smażony z dorsza 100g (1,3,4), surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50(1), serek tartare 2 szt. 40 g, dżem porzeczkowy niskosłodzony 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata strzypiasta 3 liście 30g

Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150 ml (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 19.01.2024 r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2386.1	Wartość energetyczna [kcal]	2361.4
Wartość energetyczna [kJ]	10015.8	Wartość energetyczna [kJ]	9923.2
Białko [g]	73.1	Białko [g]	73.2
Tłuszcz [g]	89.8	Tłuszcz [g]	79.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47
Węglowodany ogółem [g]	334.15	Węglowodany ogółem [g]	352.32
Cukry [g]	89.19	Cukry [g]	89.38
Błonnik pokarmowy [g]	26.03	Błonnik pokarmowy [g]	27.49
Sól [g]	3.92	Sól [g]	2.51
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2386.5	Wartość energetyczna [kcal]	2737.4
Wartość energetyczna [kJ]	10006.8	Wartość energetyczna [kJ]	11485.4
Białko [g]	75.9	Białko [g]	94.8
Tłuszcz [g]	99.6	Tłuszcz [g]	107.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	50.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	65.2
Węglowodany ogółem [g]	308	Węglowodany ogółem [g]	360.4
Cukry [g]	50.87	Cukry [g]	90.88
Błonnik pokarmowy [g]	23.18	Błonnik pokarmowy [g]	27.69
Sól [g]	3.43	Sól [g]	3.43
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]	2386.5	Wartość energetyczna [kcal]	2361.4
Wartość energetyczna [kJ]	10006.8	Wartość energetyczna [kJ]	9923.2
Białko [g]	75.9	Białko [g]	73.2
Tłuszcz [g]	99.6	Tłuszcz [g]	79.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	50.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47
Węglowodany ogółem [g]	308	Węglowodany ogółem [g]	352.32
Cukry [g]	50.87	Cukry [g]	90.38
Błonnik pokarmowy [g]	23.18	Błonnik pokarmowy [g]	27.49
Sól [g]	3.43	Sól [g]	2.51
		DIETA WEGETARIANSKA [WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2386.5	Wartość energetyczna [kcal]	2448.3
Wartość energetyczna [kJ]	10006.8	Wartość energetyczna [kJ]	10274
Białko [g]	75.9	Białko [g]	77.6
Tłuszcz [g]	99.6	Tłuszcz [g]	94.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	50.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	50.5
Węglowodany ogółem [g]	308	Węglowodany ogółem [g]	334.3
Cukry [g]	50.87	Cukry [g]	89.33
Błonnik pokarmowy [g]	23.18	Błonnik pokarmowy [g]	26.03
Sól [g]	3.43	Sól [g]	4.15

--	--

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 glukozykowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);

b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);

c) syropów glukozykowych 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.