

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.01.2024 (poniedziałek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g (6), serek fromage ½ szt. 50g (7), herbata czarna, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (1,7,9), ziemniaki got. 250g, fasolka po bretońsku z kielbasą zwyczajną 300g (1,6), mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty 60g(7), B/M- jajko gotowane 2 szt (3), herbata czarna 220ml, ogórek kiszony 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150 ml(7)</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)</p> <p>Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g (6), serek fromage 1/2 szt. 50g (7), herbata czarna, pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa ryżowa 350 ml(9), ziemniaki got. 250g, sos mięsny 200g (1), jarzynka gotowana (marchew, seler, pietruszka) 130g (1,9), mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z sera białego, jajka i natki pietruszki 100g (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 (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g (6), serek fromage 1/2 szt. 50g (7), herbata czarna, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (1,7,9), ziemniaki got. 250g, fasolka po bretońsku z kielbasą zwyczajną 300g (1,6), 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-pszenne 50g, chleb graham 50g(1), pasta z sera białego, jajka i natki pietruszki 100g (3,7), B/M- jajko gotowane 2 szt. (3), herbata czarna b/c 220ml,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 10g (7), pieczywo żytnio -pszenne 25g, chleb graham 25g (1), jogurt naturalny 150ml(7), sałata 30g, herbata czarna bez cukru 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIALKOWA [9](WYSOKOBIALKOWA)</p> <p>Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 100g (6), serek fromage 1/2 szt. 50g (7), herbata czarna, pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa ryżowa 350 ml(9), ziemniaki got. 250g, sos mięsny 250g (1), jarzynka gotowana (marchew, seler, pietruszka) 130g (1,9), mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z sera białego, jajka i natki pietruszki 100g (3,7), B/M- jajko gotowane 2 szt. (3), polędwica z indyka 40g (6), herbata czarna 220ml,</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150 ml(7)</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/ DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio -pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), polędwica sopocka 60g (6), serek fromage 1/2 szt. 50g (7), herbata czarna, pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa ryżowa 400 ml(9), ziemniaki got. 250g, sos mięsny 150g(1), jarzynka gotowana 130g (marchew, seler, pietruszka) (1,9), mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, chleb graham 50g (1), pasta z sera białego, jajka i natki pietruszki 100g (3,7),, B/M- jajko gotowane 2 szt. (3), herbata czarna 220ml,</p> <p>II Kolacja WĄT-CUKRZ: masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), jogurt naturalny 150ml(7), sałata zielona 30g, herbata czarna bez cukru 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]</p> <p>Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g (6), miód 1 szt. 25 g, herbata czarna, pomidor 50g</p> <p>Obiad: zupa ryżowa 350 ml (9), ziemniaki got. 250g, sos mięsny 200g (1), jarzynka gotowana (marchew, seler, pietruszka) 130g (1,9), mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), jajko gotowane 2 szt. 140g (3), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30g</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek pomarańczowy 200 ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 1 szt. 100g (7), miód 1 szt. 25 g, herbata czarna, pomidor 100g</p> <p>Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (1,7,9), ziemniaki got. 250g, fasolka po bretońsku 300g (1), mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml</p> <p>Podwieczorek: jabłko 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty 60g(7), B/M- jajko gotowane 2 szt (3), herbata czarna 220ml, ogórek kiszony 100g</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150 ml(7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 15.01.2024 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]	2280.4	Wartość energetyczna [kcal]	2108.2
Wartość energetyczna [kJ]	9570.9	Wartość energetyczna [kJ]	8824.4
Białko [g]	86.6	Białko [g]	74.8
Tłuszcz [g]	85.9	Tłuszcz [g]	103.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.7
Węglowodany ogółem [g]	303.5	Węglowodany ogółem [g]	224.06
Cukry [g]	49.42	Cukry [g]	41.88
Błonnik pokarmowy [g]	26.85	Błonnik pokarmowy [g]	11.27
Sól [g]	5.51	Sól [g]	5.28
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2307.6	Wartość energetyczna [kcal]	2108.2
Wartość energetyczna [kJ]	9673.8	Wartość energetyczna [kJ]	8824.4
Białko [g]	87.9	Białko [g]	74.8
Tłuszcz [g]	96.4	Tłuszcz [g]	103.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	53.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.7
Węglowodany ogółem [g]	285.19	Węglowodany ogółem [g]	224.06
Cukry [g]	41.66	Cukry [g]	41.88
Błonnik pokarmowy [g]	26.49	Błonnik pokarmowy [g]	11.27
Sól [g]	7.62	Sól [g]	5.28
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]	2307.6	Wartość energetyczna [kcal]	2108.2
Wartość energetyczna [kJ]	9673.8	Wartość energetyczna [kJ]	8824.4
Białko [g]	87.9	Białko [g]	74.8
Tłuszcz [g]	96.4	Tłuszcz [g]	103.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	53.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.7
Węglowodany ogółem [g]	285.19	Węglowodany ogółem [g]	224.06
Cukry [g]	41.66	Cukry [g]	41.88
Błonnik pokarmowy [g]	26.49	Błonnik pokarmowy [g]	11.27
Sól [g]	7.62	Sól [g]	5.28

	DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
	parametr	zawartość razem
	Wartość energetyczna [kcal]	2202.3
	Wartość energetyczna [kJ]	9224
	Białko [g]	78.3
	Tłuszcz [g]	98.4
	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	55.8
	Węglowodany ogółem [g]	263.52
	Cukry [g]	43.07
	Błonnik pokarmowy [g]	25.72
	Sól [g]	7.47

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 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.