

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.01.2024 (sobota)

| | |
|---|---|
| <p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml(1,3) masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g,</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g(1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), gulasz wieprzowy 180g (1), buraki zasmażane 130g (1), kompot wiśniowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne(1) 50g, graham 50g(1),pasztet pieczony 60g (6), herbata czarna 220ml, rzodkiewka 3 szt.30g,</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 10</p> <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)</p> <p>Śniadanie:masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), serek deliser 1 szt., (7) herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g,</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g(1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), gulasz wieprzowy 180g (1), buraki zasmażane 130g (1), kompot wiśniowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50+graham 50g(1), pasztet pieczony 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, sałata 30g 3 listki,</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare 40g 2 szt,(7) pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], (WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA)</p> <p>Śniadanie:masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), serek deliser 1 szt.,(7) herbata czarna b/c 220ml, pomidor 100g,</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g(1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), gulasz wieprzowy 180g (1), buraki zasmażane 130g (1), kompot wiśniowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g+graham 50g(1), pasztet pieczony 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, sałata 30g 3 listki,</p> <p>II Kolacja WĄT-CUKRZ: masło 82% 10g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1),serek tartare 40g 2 szt,(7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p> | <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA [2], DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7),B/M- zacierka na wodzie 400ml(1,3) masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 60g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g,</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g(1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), gulasz wieprzowy 180g (1), buraki na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasztet pieczony 60g (6), herbata czarna 220ml, sałata 30g 3 listki,</p> <p>Posilek dodatkowy:mus truskawkowy100g</p> <p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](WYSOKOBIAŁKOWA)</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7),B/M- zacierka na wodzie 400ml(1,3) masło 82% 20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 100g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g,</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g(1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), gulasz wieprzowy 200g (1), buraki na ciepło 130g (1), kompot wiśniowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasztet pieczony 60g (6), herbata czarna 220ml, sałata 30g 3 listki,</p> <p>Posilek dodatkowy:mus truskawkowy100g</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]</p> <p>Śniadanie: zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 80g (6), herbata czarna 220ml, pomidor 100g,</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g(1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), gulasz wieprzowy 180g (1), buraki na ciepło 130g (1,7), kompot wiśniowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja:masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasztet pieczony 60g (6), herbata czarna 220ml, sałata 30g 3 listki,</p> <p>Posilek dodatkowy:mus truskawkowy100g</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA[WE]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml(1,3) masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 100g(7), miód naturalny 25g, herbata czarna 220ml, pomidor 100g,</p> <p>Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g(1,7,9), kluski śląskie z masłem 6 szt (1,3,7), buraki zasmażane 130g (1), kompot wiśniowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: mandarynka 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne(1) 50g, graham 50g(1), serek tartare 40g (7), 2 szt, herbata czarna 220ml, rzodkiewka 3 szt.30g,</p> <p>Posilek dodatkowy: mus truskawkowy 100g</p> |
|---|---|

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 13.01.2024 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] | 2111.6 | Wartość energetyczna [kcal] | 2127.1 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 8858.5 | Wartość energetyczna [kJ] | 8924 |
| Białko [g] | 80.4 | Białko [g] | 79.8 |
| Tłuszcz [g] | 84.3 | Tłuszcz [g] | 84.6 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 40.3 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 40.2 |
| Węglowodany ogółem [g] | 268.2 | Węglowodany ogółem [g] | 271.85 |
| Cukry [g] | 52.33 | Cukry [g] | 52.04 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 21.18 | Błonnik pokarmowy [g] | 20.9 |
| Sól [g] | 2.9 | Sól [g] | 2.89 |
| DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA) | | DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa) | |
| parametr | zawartość razem | parametr | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal] | 2095.2 | Wartość energetyczna [kcal] | 2127.1 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 8781.5 | Wartość energetyczna [kJ] | 8924 |
| Białko [g] | 76.9 | Białko [g] | 79.8 |
| Tłuszcz [g] | 91.2 | Tłuszcz [g] | 84.6 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 42.1 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 40.2 |
| Węglowodany ogółem [g] | 250.94 | Węglowodany ogółem [g] | 271.85 |
| Cukry [g] | 39.51 | Cukry [g] | 52.04 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 18.75 | Błonnik pokarmowy [g] | 20.9 |
| Sól [g] | 3.44 | Sól [g] | 2.89 |
| 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] | 2095.2 | Wartość energetyczna [kcal] | 2127.1 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 8781.5 | Wartość energetyczna [kJ] | 8924 |
| Białko [g] | 76.9 | Białko [g] | 79.8 |
| Tłuszcz [g] | 91.2 | Tłuszcz [g] | 84.6 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 42.1 | Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 40.2 |
| Węglowodany ogółem [g] | 250.94 | Węglowodany ogółem [g] | 271.85 |
| Cukry [g] | 39.51 | Cukry [g] | 52.04 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 18.75 | Błonnik pokarmowy [g] | 20.9 |
| Sól [g] | 3.44 | Sól [g] | 2.89 |
| | | | |

| DIETA WEGETARIAŃSKA [WE] | |
|-------------------------------|-----------------|
| parametr | zawartość razem |
| Wartość energetyczna [kcal] | 2096.9 |
| Wartość energetyczna [kJ] | 8793.3 |
| Białko [g] | 63.5 |
| Tłuszcz [g] | 86.7 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 54.7 |
| Węglowodany ogółem [g] | 275.37 |
| Cukry [g] | 54.56 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 20.06 |
| Sól [g] | 2.76 |
| | |

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

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 glukozyowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);
 - b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);
 - c) syropów glukozyowych 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.