

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.01.2024 (wtorek)

<p style="text-align: center;"><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 350ml (1,7),B/M- płatki jęczmienne na wodzie 350ml masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), szynka tyrolska 40g (6), serek tartare 20g1 szt.,(7) B/M szynka tyrolska 40g, herbata truskawkowa 220ml,pomidor50g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami 350g(1,7), łazanki z kapustą białą i kielbasą zwyczajną (1,3,6)350g , kompot wiśniowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1),chleb graham 25g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g (3,4,9) herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 liście</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 100g</p> <p style="text-align: center;"><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), szynka tyrolska 40g (6), serek tartare 20g1 szt.(7), B/M szynka tyrolska 60g (6), herbata truskawkow b/c 220ml, pomidor 50g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami 350g(1,7), łazanki z kapustą białą i kielbasą zwyczajną 350g (1,3,6) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g+graham 25g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g (3,4,9), herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p><b>II Kolacja:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 30g, B/M pomidor 50 g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p style="text-align: center;"><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 55g(1), chleb graham 25g(1), szynka tyrolska 40g (6), serek tartare 20g1 szt.(7), B/M szynka tyrolska 60g (6), herbata truskawkowa b/c 220ml, pomidor 50g</p> <p><b>Obiad:</b> barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1,7), makaron z serem białym 350g (1,3,7), kompot wiśniowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g+graham 25g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g (3,4,9), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p><b>II Kolacja:</b> masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek wiejski 200g(7), pomidor 30g, B/M pomidor 50 g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p style="text-align: center;"><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + RYBA [WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 350ml (1,7),B/M- płatki jęczmienne na wodzie 350ml masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1),serek tartare 40g2 szt., miód 25g 1 szt., herbata truskawkowa 220ml, pomidor 50g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami 350g(1,7), łazanki z kapustą białą (1,3) 350g, kompot wiśniowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1), chleb graham 25g(1), pasta z ryżu, ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g (3,4,9) herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 liście</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 100g</p>	<p style="text-align: center;"><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA [2]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 350ml (1,7),B/M- płatki jęczmienne na wodzie 350ml masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), szynka tyrolska 40g (6), serek tartare 20g 1 szt.(7), herbata truskawkowa 220ml, pomidor 50g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1, 7) makaron z jabłkiem 350g(1,3), kompot wiśniowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b>masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1),chleb graham 25g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g(3,4,9),herbata czarna 220ml,sałata strz30g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 150g</p> <p style="text-align: center;"><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA)</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 350ml (1,7),B/M- płatki jęczmienne na wodzie 350ml masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), szynka tyrolska 40g (6), serek tartare 20g 1 szt.(7., herbata truskawkowa 220ml, pomidor 50g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1,7), makaron z jabłkiem 350g(1,3), kompot wiśniowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b>masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1), chleb graham 25g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g(3,4,9),herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 150g</p> <p style="text-align: center;"><b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 350ml (1,7),B/M- płatki jęczmienne na wodzie 350ml masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), szynka tyrolska 40g (6), serek tartare 20g 1 szt., herbata truskawkowa 220ml, pomidor 50g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1), makaron z jabłkiem 350g(1,3) , kompot wiśniowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b>masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1),chleb graham 25g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g(3,4,9),herbata czarna 220ml ,sałata strzępiasta 30g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 150g</p> <p style="text-align: center;"><b>DIETA BOGATOBIĄŁKOWA [9](WYSOKOBIĄŁKOWA)-porcja x 2 produktów białkowych</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na mleku 350ml (1,7),B/M- płatki jęczmienne na wodzie 350ml masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 75g (1,6), szynka tyrolska 80g (6), serek tartare 20g1 szt (7), herbata truskawkowa 220ml, pomidor 50g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1), makaron z serem białym 350g(1,3) , kompot wiśniowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b>masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1),chleb graham 25g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 140g (3,4,9),herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 150g</p> <p style="text-align: center;"><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki jęczmienne na wodzie 350ml masło 82% 20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), szynka tyrolska 60g (6), herbata truskawkowa 220ml, pomidor 50g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1,7), makaron z jabłkiem 350g(1,3), kompot wiśniowy 220 ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b>masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1),chleb graham 25g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g(3,4,9),herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwiniowy 150g</p>
---	--

LEGENDA: NAZWA NUMERACJI W ODDZIAŁACH (KĄCIKI ŻYWIENIOWE)

Opracował Dietetyk i Starszy Referent Działu Żywnienia

## Wartość odżywcza diet jadłospisu z dnia 09.01.2024 r.

<p style="text-align: center;"><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><i>Wartość energetyczna [kcal] 2172.8 [kJ] 9118.2, Białko [g] 81.5, Tłuszcz [g] 83.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 42.2, Węglowodany ogółem [g] 284.25, Cukry [g] 54.01, Błonnik pokarmowy [g] 22.79, Sól [g] 5.83.</i></p> <p style="text-align: center;"><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)</b></p> <p><i>Wartość energetyczna [kcal] 2057.3 [kJ] 8623, Białko [g] 78.2, Tłuszcz [g] 88.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.9, Węglowodany ogółem [g] 245.26, Cukry [g] 43.98, Błonnik pokarmowy [g] 18.63, Sól [g] 5.6.</i></p> <p><b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</b></p> <p><i>Wartość energetyczna [kcal] 2055.2 [kJ] 8614.2, Białko [g] 78.3, Tłuszcz [g] 88.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 44.9, Węglowodany ogółem [g] 244.74, Cukry [g] 43.57, Błonnik pokarmowy [g] 18.78, Sól [g] 5.6.</i></p> <p style="text-align: center;"><b>DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]</b></p> <p><i>Wartość energetyczna [kcal] 2046.8 [kJ] 8578.5, Białko [g] 74.5, Tłuszcz [g] 86.3, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 39.2, Węglowodany ogółem [g] 255.49, Cukry [g] 52.43, Błonnik pokarmowy [g] 25.42, Sól [g] 5.78</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA [2]</b></p> <p><i>Wartość energetyczna [kcal] 2145.8 [kJ] 9008.9, Białko [g] 80, Tłuszcz [g] 81.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 40.3, Węglowodany ogółem [g] 280.31, Cukry [g] 59, Błonnik pokarmowy [g] 16.85, Sól [g] 6.02.</i></p> <p style="text-align: center;"><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4](WRZODOWA)</b></p> <p><i>Wartość energetyczna [kcal] 2145.8 [kJ] 9008.9, Białko [g] 80, Tłuszcz [g] 81.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 40.3, Węglowodany ogółem [g] 280.31, Cukry [g] 59, Błonnik pokarmowy [g] 16.85, Sól [g] 6.02.</i></p> <p style="text-align: center;"><b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3](WĄTROBOWA)</b></p> <p><i>Wartość energetyczna [kcal] 2145.8 [kJ] 9008.9, Białko [g] 80, Tłuszcz [g] 81.9, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 40.3, Węglowodany ogółem [g] 280.31, Cukry [g] 59, Błonnik pokarmowy [g] 16.85, Sól [g] 6.02.</i></p> <p style="text-align: center;"><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)-porcja x 2</b></p> <p><i>Wartość energetyczna [kcal] 2392.3 [kJ] 10036.6, Białko [g] 101.5, Tłuszcz [g] 95.5, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 45.4, Węglowodany ogółem [g] 293.1, Cukry [g] 46.04, Błonnik pokarmowy [g] 22.87, Sól [g] 6.88.</i></p> <p style="text-align: center;"><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]</b></p> <p><i>Wartość energetyczna [kcal] 2009.5 [kJ] 8433.4, Białko [g] 73.2, Tłuszcz [g] 76.7, Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 36.7, Węglowodany ogółem [g] 267.38, Cukry [g] 52.06, Błonnik pokarmowy [g] 22.1, Sól [g] 5.83.</i></p>
---	---

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 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 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.*