

# JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.05.2024r. (środa)

## DIETA PODSTAWOWA[1]

**Śniadanie:** ryż na mleku 400ml (7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem niskosłodzony brzoskwinowy, papryka 100g, herbata leśna 220ml

**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka podsmażane 100g, surówka z marchewki i jabłka 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** Jabłko 1 szt.

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,6,7), rukola 30g, herbata czarna 220ml,

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

## DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]

**Śniadanie:** masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek fromage 40g 1/2 szt (7), papryka 100g, herbata leśna b/c 220ml

**II śniadanie:** Kefir naturalny 150ml (7)

**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, surówka z marchewki i jabłka 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/c 220ml

**Podwieczorek:** Jabłko 1 szt.

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,6,7), rukola 30g, herbata czarna b/c 220ml

**II Kolacja CUKRZ:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 17g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

## DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/ DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]

**Śniadanie:** masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek fromage 40g 1/2 szt (7), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml

**II śniadanie:** Kefir naturalny 150ml (7)

**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, sos koperkowy 100g (1), surówka z marchewki i jabłka na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/c 220ml

**Podwieczorek:** Jabłko 1 szt.

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,6,7), rukola 30g, herbata czarna b/c 220ml

**II Kolacja CUKRZ:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 17g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

## DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]

**Śniadanie:** ryż na mleku 400ml (7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem niskosłodzony brzoskwinowy, pomidor 100g, herbata leśna 220ml

**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, sos koperkowy 100g (1), surówka z marchewki i jabłka na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** Jabłko 1 szt.

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,6,7), rukola 30g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

## DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

**Śniadanie:** ryż na mleku 400ml (7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 100g (6), dżem niskosłodzony brzoskwinowy, pomidor 100g, herbata leśna 220ml

**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 200g, sos koperkowy 100g (1), surówka z marchewki i jabłka na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** Jabłko 1 szt.

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,6,7), rukola 30g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

## DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

**Śniadanie:** ryż na wodzie 400ml(1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem niskosłodzony brzoskwinowy, pomidor 100g, herbata leśna 220ml

**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, sos koperkowy 100g (1), surówka z marchewki i jabłka na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** Jabłko 1 szt.

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka 100g (4,6), rukola 30g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** mus owocowy 100ml

## DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]

**Śniadanie:** ryż na mleku 400ml (7), B/M- ryż na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 100g 2 szt (3), papryka 100g, herbata leśna 220ml

**Obiad:** Rosół warzywny z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, kotlet z kaszy jęczmiennej 100 (1,3), surówka z marchewki i jabłka 130g, mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

**Podwieczorek:** Jabłko 1 szt.

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i twarogu 100g (4,6,7), rukola 30g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** jogurt naturalny 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 08.05.2024 r.

<b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b>		<b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	2232.6	Wartość energetyczna [kcal]	1996.4
Wartość energetyczna [kJ]	9386.8	Wartość energetyczna [kJ]	8398.7
Białko [g]	94.5	Białko [g]	83.1
Tłuszcz [g]	71.7	Tłuszcz [g]	60.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.4
Węglowodany ogółem [g]	314.34	Węglowodany ogółem [g]	289.76
Cukry [g]	77.88	Cukry [g]	81.79
Błonnik pokarmowy [g]	24.26	Błonnik pokarmowy [g]	20.36
Sól [g]	5.01	Sól [g]	3.77
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b>		<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	2325.1	Wartość energetyczna [kcal]	2192.8
Wartość energetyczna [kJ]	9776.3	Wartość energetyczna [kJ]	9218.1
Białko [g]	100.9	Białko [g]	102.3
Tłuszcz [g]	75.4	Tłuszcz [g]	73.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.7
Węglowodany ogółem [g]	321.75	Węglowodany ogółem [g]	291.47
Cukry [g]	81.89	Cukry [g]	82.1
Błonnik pokarmowy [g]	22.61	Błonnik pokarmowy [g]	20.36
Sól [g]	5.2	Sól [g]	5.25
<b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]</b>		<b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	2220	Wartość energetyczna [kcal]	2021.4
Wartość energetyczna [kJ]	9330.1	Wartość energetyczna [kJ]	8502.3
Białko [g]	92.2	Białko [g]	79.5
Tłuszcz [g]	77.1	Tłuszcz [g]	62.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.9
Węglowodany ogółem [g]	298.04	Węglowodany ogółem [g]	297.22
Cukry [g]	76.96	Cukry [g]	74.33
Błonnik pokarmowy [g]	17.52	Błonnik pokarmowy [g]	22.38
Sól [g]	5.17	Sól [g]	3.61
		<b>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
		Wartość energetyczna [kcal]	2355.2
		Wartość energetyczna [kJ]	9911.1
		Białko [g]	97.4
		Tłuszcz [g]	66.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.7
		Węglowodany ogółem [g]	356.4
		Cukry [g]	81.63
		Błonnik pokarmowy [g]	30.55
		Sól [g]	2.47

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.05.2024r. (środa)**  
**Oddział Ginekologiczno - Położniczy**

**DIETA ŁATWOSTRAWNA, BEZGLUTENOWA, BEZMLECZNA**  
**[2/GLU/ML]**

**Śniadanie:** ryż na wodzie 400ml, pieczywo bezglutenowe 100g, margaryna roślinna 80% 10g,  
szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem niskosłodzony brzoskwiiniowy 25g, pomidor 100g, herbata leśna 220ml

**Obiad:** zupa rosół z makaronem bezglutenowym 400g (9), ziemniaki gotowane 250g, udko z kurczaka gotowane 100g,  
sos koperkowy ZAGĘSZCZANY MAKĄ ZIEMNIACZANĄ 100g , surówka z marchewki i jabłka na ciepło 130 g BEZ ZAGĘSZCZANIA, kompot poziomkowy 220ml

**Podwieczorek:** jabłko 1 szt.

**Kolacja:** pieczywo bezglutenowe 100g, margaryna roślinna 80% 10g, polędwica sopocka 60g (6), rukola 30g, herbata czarna 220 ml,

**Posiłek dodatkowy:** mus owocowy 100g

LEGENDA: NAZWA NUMERACJI W ODDZIAŁACH (KĄCIKI ŻYWIENIOWE)

Opracował Dietetyk Działu Żywności

Wartość energetyczna [kcal]	2055.6
Wartość energetyczna [kJ]	8652.7
Białko [g]	83.8
Tłuszcz [g]	58.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	14.2
Węglowodany ogółem [g]	309.55
Cukry [g]	53.14
Błonnik pokarmowy [g]	21.39
Sól [g]	3.2

*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 Działu Żywności*

*Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywności*

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 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.