

# JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.05.2024r. (niedziela)

## DIETA PODSTAWOWA[1]

**Śniadanie:** płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g(6), miód naturalny 25g 1 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, ogórek zielony 100g  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki got. 250g (1), kotlet schabowy wieprzowy smażony 100g (1,3), kapusta po litewsku 130g, kompot wiśniowy 220ml  
**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony 60g (6), herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g,  
**Posilek dodatkowy:** soczek owocowy 200ml

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

**Śniadanie:** masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g,  
**II śniadanie:** kefir naturalny (7)  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki got. 250g (1), schab gotowany 100g (1), kapusta po litewsku 130g, kompot wiśniowy b/c 220 ml  
**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony 60g (6), herbata truskawkowa b/c 220ml, pomidor 100g  
**II Kolacja CUKRZ:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 60g (7), pomidor 50g, herbata truskawkowa 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), polędwica miodowa drobiowa 60g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa b/c 220ml, sałata strzyp.30g 3 liście,  
**II śniadanie:** kefir naturalny (7)  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki got. 250g (1), schab gotowany w sosie jarzynowym (100g mięso + 130 g sos) (1,9), kompot wiśniowy b/c220 ml  
**Podwieczorek:** jabłko 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony 60g (6), herbata truskawkowa b/c 220ml, pomidor 100g  
**II Kolacja CUKRZ:** masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 60g (7), pomidor 50g, herbata truskawkowa b/c 220ml

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

**Śniadanie:** płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica miodowa drobiowa 60g(6), miód naturalny 25g 1 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g, 3 listki  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki got. 250g (1), schab gotowany w sosie jarzynowym (100g mięso + 130 g sos) (1,9) kompot wiśniowy 220ml  
**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet pieczony 60g (6), herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g  
**Posilek dodatkowy:** soczek owocowy 200ml

## DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

**Śniadanie:** płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica miodowa drobiowa 100g(6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g, 3 listki  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki got. 250g (1), schab gotowany w sosie jarzynowym (200g mięso + 130 g sos) (1,9), kompot wiśniowy 220ml  
**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet pieczony 100g (6), herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g  
**Posilek dodatkowy:** soczek owocowy 200ml

## DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

**Śniadanie:** płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), polędwica miodowa drobiowa 60g(6), miód naturalny 25g 1 szt. (7), herbata truskawkowa 220ml, sałata strzępiasta 30g, 3 listki  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki got. 250g (1), schab gotowany w sosie jarzynowym (100g mięso + 130 g sos) (1,9), kompot wiśniowy 220ml  
**Podwieczorek:** kiwi 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet pieczony 60g (6), herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g  
**Posilek dodatkowy:** soczek owocowy 200ml

## DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [ 1/WE]

**Śniadanie:** płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml(1) masło tł.82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g 2 szt. (3) miód naturalny 25g 1 szt., herbata truskawkowa 220ml, ogórek zielony 100g  
**Obiad:** Rosół z makaronem 400g na wywarze warzywnym (1,3,9), ziemniaki got. 350g (1), kotlet smażony z kaszy jaglanej 100g (1,3) , kapusta po litewsku 130g, kompot wiśniowy 220ml  
**Podwieczorek:** jabłko 1 szt.  
**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7), herbata truskawkowa 220ml, pomidor 100g  
**Posilek dodatkowy:** soczek owocowy 200ml

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 12.05.2024 r.

<b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b>		<b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. 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]	2112	Wartość energetyczna [kcal]	2056.6
Wartość energetyczna [kJ]	8878.2	Wartość energetyczna [kJ]	8627.9
Białko [g]	77.3	Białko [g]	83.5
Tłuszcz [g]	70.9	Tłuszcz [g]	81.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.6
Węglowodany ogółem [g]	300.36	Węglowodany ogółem [g]	324.35
Cukry [g]	60.85	Cukry [g]	95.72
Błonnik pokarmowy [g]	18.44	Błonnik pokarmowy [g]	13.75
Sól [g]	3.62	Sól [g]	3.22
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH 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]	2007.3	Wartość energetyczna [kcal]	2145.2
Wartość energetyczna [kJ]	8435	Wartość energetyczna [kJ]	9013.6
Białko [g]	88.4	Białko [g]	86.6
Tłuszcz [g]	70.3	Tłuszcz [g]	76.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.6
Węglowodany ogółem [g]	263.5	Węglowodany ogółem [g]	285.43
Cukry [g]	37.4	Cukry [g]	60.31
Błonnik pokarmowy [g]	16.8	Błonnik pokarmowy [g]	15.89
Sól [g]	3.75	Sól [g]	3.89
<b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH 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]	2039.2	Wartość energetyczna [kcal]	2061.7
Wartość energetyczna [kJ]	8568.1	Wartość energetyczna [kJ]	8663.1
Białko [g]	89.6	Białko [g]	63.8
Tłuszcz [g]	71.5	Tłuszcz [g]	70.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.5
Węglowodany ogółem [g]	268.24	Węglowodany ogółem [g]	302.88
Cukry [g]	45.94	Cukry [g]	56.68
Błonnik pokarmowy [g]	18.04	Błonnik pokarmowy [g]	21.5
Sól [g]	3.37	Sól [g]	2.92
		<b>DIETA WEGETARIANSKA [1/WE]</b>	
		Wartość energetyczna [kcal]	2106.2
		Wartość energetyczna [kJ]	8864.7
		Białko [g]	80.5
		Tłuszcz [g]	61.6
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.1
		Węglowodany ogółem [g]	317.03
		Cukry [g]	64.67
		Błonnik pokarmowy [g]	19.24
		Sól [g]	2.8

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.05.2024r. (niedziela)**  
**Oddział Ginekologiczno - Położniczy**

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

**Śniadanie:** kasza kukurydziana na wodzie 400ml, pieczywo bezglutenowe 100g, margaryna roślinna 80% 10g, polędwica drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g, sałata 30g, herbata czarna 220ml

**Obiad:** zupa rosół z MAKARONEM BEZGLUTENOWYM 400g (9), ziemniaki gotowane 250g, schab gotowany 100g, sos jarzynowy 130g BEZ ZAGĘSZCZANIA (9), kompot wiśniowy 220ml

**Podwieczerek:** banan 1 szt.

**Kolacja:** pieczywo bezglutenowe 100g, margaryna roślinna 80% 10g, szynka got. wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata porzeczkowa 220 ml,

**Posiłek dodatkowy:** mus owocowy 100g

LEGENDA: NAZWA NUMERACJI W ODDZIAŁACH (KĄCIKI ŻYWIENIOWE)

Opracował Dietetyk Działu Żywnienia

**Tabela wartości odżywczych.**

Wartość energetyczna [kcal]	2226.2
Wartość energetyczna [kJ]	9365.1
Białko [g]	82.5
Tłuszcz [g]	68.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	15.7
Węglowodany ogółem [g]	331.49
Cukry [g]	55.67
Błonnik pokarmowy [g]	22.17
Sól [g]	2.17

*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 Żywnia*

*Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnia*

*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) *zboż 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.*