

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.05.2024r. (wtorek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka tyrolska wieprzowa 60g (6), serek hochland śmietankowy 40g 1 szt. (7), kawa zbożowa z mlekiem 220ml (7), rzodkiew biała 100g

Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, fasolka po bretońsku z kiełbasą zwyczajną 300g (1,6,9), kompot z aronii 220 ml

Podwieczorek: Mandarynka 1 szt.

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajek i wędliny 100g (3,6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt naturalny 150ml (7)

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]

Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka tyrolska wieprzowa 60g (6), serek hochland śmietankowy 40g 1 szt. (7), kawa zbożowa z mlekiem b/c 220ml (7),

rzodkiew biała 100g

II śniadanie: Jogurt naturalny 150ml (7)

Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, fasolka po bretońsku z kiełbasą zwyczajną 300g (1,6,9), kompot z aronii b/c 220 ml

Podwieczorek: Mandarynka 1 szt.

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajek i wędliny 100g (3,6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica drobiowa miodowa 40g (6), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka tyrolska wieprzowa 60g (6), serek hochland śmietankowy 40g 1 szt. (7), kawa zbożowa z mlekiem b/c 220ml (7), sałata zielona 30g

II śniadanie: Jogurt naturalny 150ml (7)

Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, sos z mięsy (wieprzowy) 180g (1), jarzynka gotowana 130g, kompot z aronii b/c 220 ml

Podwieczorek: mus jabłkowy 1 szt.

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajek i wędliny 100g (3,6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 50g (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: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka tyrolska wieprzowa 60g (6), serek hochland śmietankowy 40g 1 szt. (7), kawa zbożowa z mlekiem 220ml (7), sałata zielona 30g

Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, sos z mięsy (wieprzowy) 180g (1), jarzynka gotowana 130g, kompot z aronii 220 ml

Podwieczorek: mus jabłkowy 1 szt.

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z jajek i wędliny 100g (3,6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt naturalny 150ml (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka tyrolska wieprzowa 100g (6), serek hochland śmietankowy 40g 1 szt. (7), kawa zbożowa z mlekiem 220ml (7), sałata zielona 30g

Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, sos z mięsy (wieprzowy) 250g (1), jarzynka gotowana 130g, kompot z aronii 220 ml

Podwieczorek: mus jabłkowy 1 szt.

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z jajek i wędliny 100g (3,6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt naturalny 150ml (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka tyrolska wieprzowa 80g (6), kawa zbożowa z mlekiem 220ml (7), sałata zielona 30g

Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, sos z mięsy (wieprzowy) 180g (1), jarzynka gotowana 130g, kompot z aronii 220 ml

Podwieczorek: mus jabłkowy 1 szt.

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z jajek i koperku 100g (3), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: mus jabłko – banan 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek hochland śmietankowy 80g 2 szt. (7), miód naturalny 25g 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem 220ml (7), rzodkiew biała 100g

Obiad: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, fasolka po bretońsku bez kiełbasy 300g (1,6,9), kompot z aronii 220 ml

Podwieczorek: Mandarynka 1 szt.

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajek i natki pietruszki 100g (3), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt naturalny 150ml (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 14.05.2024r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2220.9	Wartość energetyczna [kcal]	2102
Wartość energetyczna [kJ]	9323.5	Wartość energetyczna [kJ]	8691
Białko [g]	88.7	Białko [g]	79.9
Tłuszcz [g]	81.6	Tłuszcz [g]	93.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.9
Węglowodany ogółem [g]	296.18	Węglowodany ogółem [g]	235.5
Cukry [g]	54.41	Cukry [g]	41.89
Błonnik pokarmowy [g]	27.04	Błonnik pokarmowy [g]	13.96
Sól [g]	4.6	Sól [g]	3.16
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1919.8	Wartość energetyczna [kcal]	2289
Wartość energetyczna [kJ]	8073.6	Wartość energetyczna [kJ]	9179.8
Białko [g]	85.1	Białko [g]	91.9
Tłuszcz [g]	58.2	Tłuszcz [g]	100.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.5
Węglowodany ogółem [g]	276.76	Węglowodany ogółem [g]	237.52
Cukry [g]	36.17	Cukry [g]	42.75
Błonnik pokarmowy [g]	25.93	Błonnik pokarmowy [g]	14.08
Sól [g]	3.24	Sól [g]	4.08
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1980.7	Wartość energetyczna [kcal]	2108.7
Wartość energetyczna [kJ]	8302.8	Wartość energetyczna [kJ]	8836.6
Białko [g]	85.1	Białko [g]	65.5
Tłuszcz [g]	87	Tłuszcz [g]	94.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.7
Węglowodany ogółem [g]	223.88	Węglowodany ogółem [g]	257.49
Cukry [g]	31.91	Cukry [g]	34.33
Błonnik pokarmowy [g]	13.25	Błonnik pokarmowy [g]	15.59
Sól [g]	3.19	Sól [g]	2.94
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]		Wartość energetyczna [kcal]	1871.9
Wartość energetyczna [kJ]		Wartość energetyczna [kJ]	7865
Białko [g]		Białko [g]	71.1
Tłuszcz [g]		Tłuszcz [g]	61.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.7
Węglowodany ogółem [g]		Węglowodany ogółem [g]	274.52
Cukry [g]		Cukry [g]	44.85

	parametr	zawartość razem
	Wartość energetyczna [kcal]	1871.9
	Błonnik pokarmowy [g]	26.31
	Sól [g]	2.86

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 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.