

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.06.2024r. (wtorek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), B/M –zacierka na wodzie 400g (1,3), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka tyrolska wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220ml, papryka 100g
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki z kapusty młodej i kiełbasą wieprzową 300g (1,6,10), kompot porzeczkowy 220ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta sera białego ze szczypiorkiem 100g (ze śmietaną) (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,
Posilek dodatkowy: Mus brzoskwiniowy 100g

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

Śniadanie: masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), szynka tyrolska wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa b/c 220ml, papryka 100g
II śniadanie: Jogurt naturalny 150 ml (7)
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki z kapusty młodej i kiełbasą wieprzową 300g (1,6,10), kompot porzeczkowy b/c 220ml
Podwieczorek: mus owocowy 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, graham 50g(1), pasta sera białego ze szczypiorkiem 100g (7) (jogurt naturalny), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml
II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), polędwica miodowa 40g (6), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH 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 tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa b/c 220ml, sałata 30g
II śniadanie: Jogurt naturalny 150 ml (7)
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), ryż z warzywami 300g (1,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml
Podwieczorek: mus owocowy 100g
Kolacja: masło 15g% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, graham 50g(1), pasta sera białego z pietruszką (jogurt naturalny) 100g (3,7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml
II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), polędwica miodowa 40g (6), 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: zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -makaron na wodzie 400g (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka tyrolska wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220 ml, sałata 30g
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), ryż z warzywami 300g (1,9), kompot porzeczkowy 220 ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta sera białego z pietruszką 100g (jogurt naturalny) (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: Mus brzoskwiniowy 100g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -makaron na wodzie 400g (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka tyrolska wieprzowa 100g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220 ml, sałata 30g
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), ryż z warzywami 300g (1,9), kompot porzeczkowy 220 ml, serek wiejski 200g (7)
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta sera białego z pietruszką (jogurt naturalny) 150g (3,7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: Mus brzoskwiniowy 100g

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: zacierka na wodzie 400g (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka tyrolska wieprzowa 80g (6), herbata malinowa 220 ml, sałata 30g
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), ryż z warzywami 300g (1,9), kompot porzeczkowy 220 ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z jajek i pietruszki 100g (jogurt naturalny) (3), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: Mus brzoskwiniowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), B/M –zacierka na wodzie 400g (1,3), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), twaróg półtł. 70g (7), dżem truskawkowy 50g 2 szt., herbata malinowa 220ml, papryka 100g
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), ryż z warzywami 300g (1,9), kompot porzeczkowy 220 ml
Podwieczorek: banan 1 szt.
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta sera białego z pietruszką (ze śmietaną) 100g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: Mus brzoskwiniowy 100g

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 18.06.2024r.

DIETA PODSTAWOWA [1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2033.2	Wartość energetyczna [kcal]	2187
Wartość energetyczna [kJ]	8547.3	Wartość energetyczna [kJ]	9197.4
Białko [g]	60.5	Białko [g]	62.5
Tłuszcz [g]	66.7	Tłuszcz [g]	70
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.6
Węglowodany ogółem [g]	308.1	Węglowodany ogółem [g]	336.7
Cukry [g]	84.38	Cukry [g]	108.48
Błonnik pokarmowy [g]	21.33	Błonnik pokarmowy [g]	20.24
Sól [g]	3.01	Sól [g]	3.02
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa) [9]	
		parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2120.6	Wartość energetyczna [kcal]	2460.3
Wartość energetyczna [kJ]	8909.6	Wartość energetyczna [kJ]	10331.5
Białko [g]	60.7	Białko [g]	92.6
Tłuszcz [g]	75.1	Tłuszcz [g]	92
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.5
Węglowodany ogółem [g]	309.63	Węglowodany ogółem [g]	325.24
Cukry [g]	84.07	Cukry [g]	94.62
Błonnik pokarmowy [g]	18.55	Błonnik pokarmowy [g]	19.83
Sól [g]	3.51	Sól [g]	3.92
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
		parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2022.3	Wartość energetyczna [kcal]	2079.2
Wartość energetyczna [kJ]	8496.2	Wartość energetyczna [kJ]	8740.2
Białko [g]	67.1	Białko [g]	53.1
Tłuszcz [g]	71.9	Tłuszcz [g]	69.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31
Węglowodany ogółem [g]	285.08	Węglowodany ogółem [g]	321.11
Cukry [g]	66.66	Cukry [g]	90.2
Błonnik pokarmowy [g]	17.28	Błonnik pokarmowy [g]	20.18
Sól [g]	3.3	Sól [g]	3.04
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2022.3	Wartość energetyczna [kcal]	2175.4
Wartość energetyczna [kJ]	8496.2	Wartość energetyczna [kJ]	9160.5
Białko [g]	67.1	Białko [g]	77.2
Tłuszcz [g]	71.9	Tłuszcz [g]	59.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.5
Węglowodany ogółem [g]	285.08	Węglowodany ogółem [g]	342.24
Cukry [g]	66.66	Cukry [g]	114.57
Błonnik pokarmowy [g]	17.28	Błonnik pokarmowy [g]	20.77
Sól [g]	3.3	Sól [g]	2.98

--	--

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 Żywienia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywienia

*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.