

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.06.2024r. (środa)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, papryka 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa grochowa z ziemniakami 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), zraz wieprzowy duszony 100g w sosie własnym 100g (1), mizeria ze śmietana 130g (7), kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek :</b> Mandarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (7), roszponka 30g, herbata porzeczkowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus bananowy b/c 100g</p>	<p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa selerowa 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), pulpet wieprzowy gotowany 100g w sosie koperkowym 100g (1), szpinak gotowany 130g (1), kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek :</b> Jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (7), roszponka 30g, herbata porzeczkowa 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus owocowy 100g</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> 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 czarna b/c 220 ml, papryka 100g</p> <p><b>II śniadanie:</b> Kefir naturalny 150 g (7)</p> <p><b>Obiad:</b> zupa grochowa z ziemniakami 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), pulpet wieprzowy gotowany 100g w sosie koperkowym 100g (1), mizeria z jogurtem naturalnym 130g (7), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek :</b> Mandarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (7), roszponka 30g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka z indyka 40g (6), roszponka 30g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza jaglana na mleku 400ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa drobiowa 100g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa selerowa 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), pulpet wieprzowy gotowany 200g w sosie koperkowym 100g (1), szpinak gotowany 130g (1), kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek :</b> Jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (7), roszponka 30g, herbata porzeczkowa 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus owocowy 100g</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /</b> <b>DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> 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 czarna b/c 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>II śniadanie:</b> Kefir naturalny 150 g (7)</p> <p><b>Obiad:</b> zupa selerowa 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), pulpet wieprzowy gotowany 100g w sosie koperkowym 100g (1), szpinak gotowany 130g (1), kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek :</b> Mandarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (7), roszponka 30g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka z indyka 40g (6), roszponka 30g, herbata porzeczkowa b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza jaglana na wodzie 400ml (), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa selerowa 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), pulpet wieprzowy gotowany 100g w sosie koperkowym 100g (1), szpinak gotowany 130g (1), kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (7), roszponka 30g, herbata porzeczkowa 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus owocowy 100g</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza jaglana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 80g 1 szt (7), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, papryka 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa grochowa z ziemniakami 400g (1,9), kluski śląskie 300g 6 szt. (1,3) w sosie koperkowym 100g (1), szpinak gotowany 130g (1), kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek :</b> Mandarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), roszponka 30g, herbata porzeczkowa 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Mus owocowy 100g</p>

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2077.5	Wartość energetyczna [kcal]	2233.3
Wartość energetyczna [kJ]	8731.8	Wartość energetyczna [kJ]	9387.8
Białko [g]	75.7	Białko [g]	77.7
Tłuszcz [g]	69.2	Tłuszcz [g]	74.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.6
Węglowodany ogółem [g]	299	Węglowodany ogółem [g]	324.4
Cukry [g]	55.03	Cukry [g]	49.18
Błonnik pokarmowy [g]	22.53	Błonnik pokarmowy [g]	22.3
Sól [g]	3.62	Sól [g]	1.86
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1940.4	Wartość energetyczna [kcal]	2467.2
Wartość energetyczna [kJ]	8150.7	Wartość energetyczna [kJ]	10371.2
Białko [g]	81.4	Białko [g]	102
Tłuszcz [g]	69.6	Tłuszcz [g]	82.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.9
Węglowodany ogółem [g]	256.13	Węglowodany ogółem [g]	339.33
Cukry [g]	38.09	Cukry [g]	50.8
Błonnik pokarmowy [g]	18.29	Błonnik pokarmowy [g]	22.03
Sól [g]	4.19	Sól [g]	1.99
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]	2117.5	Wartość energetyczna [kcal]	2154.2
Wartość energetyczna [kJ]	8895.4	Wartość energetyczna [kJ]	9053
Białko [g]	84.1	Białko [g]	65.5
Tłuszcz [g]	75.4	Tłuszcz [g]	72.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.6
Węglowodany ogółem [g]	285.38	Węglowodany ogółem [g]	320.73
Cukry [g]	36.57	Cukry [g]	40.26
Błonnik pokarmowy [g]	19.78	Błonnik pokarmowy [g]	23.17
Sól [g]	2.97	Sól [g]	2.59
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2460.2
		Wartość energetyczna [kJ]	10319.5
		Białko [g]	67
		Tłuszcz [g]	78.5
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	52.8
		Węglowodany ogółem [g]	333.5
		Cukry [g]	56.96
		Błonnik pokarmowy [g]	22.41
		Sól [g]	4.23

*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 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.