

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.06.2024r. (środa)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> makaron na mleku 400 ml (1,3,7), B/M – makaron na wodzie 400g (1,3), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (7), pulpet drobiowy 100g (1,3) sos pieczarkowy 100g (1,7), surówka z marchewki z chrzanem 130g (12), kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Jogurt naturalny 150ml (7)</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), szynka got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>II śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (7), pulpet drobiowy 100g (1,3) sos pieczarkowy 100g (1,7), surówka z marchewki z chrzanem 130g(12) , kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 50g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z 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), szynka got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, sałata strzep. 30g 3 listki</p> <p><b>II śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (7), pulpet drobiowy 100g (1,3) sos koperkowy 100g (1), sałatka z pomidora z olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kiwi 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 15g% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>II Kolacja WĄT-CUKRZ:</b> masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 50g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</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> makaron 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 got. wieprz. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, sałata strzep. 30g 3 listki</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (7), pulpet drobiowy 100g (1,3) sos koperkowy 100g (1), sałatka z pomidora z olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Jogurt naturalny 150ml (7)</p> <p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> makaron 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 got. wieprz. 100g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, sałata strzep. 30g 3 listki</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (7), pulpet drobiowy 200g (1,3) sos koperkowy 100g (1), sałatka z pomidora z olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka konserwowa wieprzowa 100g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Jogurt naturalny 150ml (7)</p> <p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> makaron na wodzie 400g (1), margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprz. 60g (6), dżem porzeczkowy 25g 1 szt. herbata poziomkowa 220 ml, sałata strzep. 30g 3 listki</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ziemniakami bez zabielenia 400 ml (1,9), kasza jęczmienna 200g (7), pulpet drobiowy 100g (1,3) sos koperkowy 100g (1), sałatka z pomidora z olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne 100g (1,6), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek wieloowocowy 200ml</p> <p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> makaron na mleku 400 ml (1,3,7), B/M – makaron na wodzie 400g (1,3), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p><b>Obiad:</b> Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (7), jajko gotowane 100g 2 szt. (3), sos pieczarkowy 100g (1,7), surówka z marchewki z chrzanem (12) 130g, kompot wiśniowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> banan 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), twaróg półtłusty 70g (7), dżem porzeczkowy 50g 2 szt., pomidor 100g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> Jogurt naturalny 150ml (7)</p>
---	--

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 26.06.2024r.

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]	2106.7	Wartość energetyczna [kcal]	2207
Wartość energetyczna [kJ]	8856	Wartość energetyczna [kJ]	9271.4
Białko [g]	82.7	Białko [g]	83.5
Tłuszcz [g]	69.2	Tłuszcz [g]	79.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42
Węglowodany ogółem [g]	299.1	Węglowodany ogółem [g]	298.7
Cukry [g]	75.07	Cukry [g]	65.81
Błonnik pokarmowy [g]	21.88	Błonnik pokarmowy [g]	18.56
Sól [g]	4.82	Sól [g]	4.63
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1892.7	Wartość energetyczna [kcal]	2396
Wartość energetyczna [kJ]	7953.1	Wartość energetyczna [kJ]	10061.9
Białko [g]	81.1	Białko [g]	110.8
Tłuszcz [g]	64.7	Tłuszcz [g]	89.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.6
Węglowodany ogółem [g]	256.71	Węglowodany ogółem [g]	295.65
Cukry [g]	37.04	Cukry [g]	57.94
Błonnik pokarmowy [g]	20.6	Błonnik pokarmowy [g]	18.11
Sól [g]	4.87	Sól [g]	6.5
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]	1994.7	Wartość energetyczna [kcal]	2098.6
Wartość energetyczna [kJ]	8378.4	Wartość energetyczna [kJ]	8826.4
Białko [g]	81.7	Białko [g]	71.4
Tłuszcz [g]	72.7	Tłuszcz [g]	66.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.3
Węglowodany ogółem [g]	261.68	Węglowodany ogółem [g]	312.53
Cukry [g]	35.67	Cukry [g]	74.04
Błonnik pokarmowy [g]	17.02	Błonnik pokarmowy [g]	18.7
Sól [g]	4.66	Sól [g]	3.93
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2202.7
		Wartość energetyczna [kJ]	9262.2
		Białko [g]	87.5
		Tłuszcz [g]	70.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.7
		Węglowodany ogółem [g]	314.71
		Cukry [g]	95.3
		Błonnik pokarmowy [g]	21.83
		Sól [g]	3.31

--	--

*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 Żywnienia*

*Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia*

*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.