

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.06.2024r. (poniedziałek)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na mleku 400ml (7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka 60g (6), serek twarogowy 20g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa barszcz biały z kielbasą 400g (1,6,9,10), ziemniaki got. 250g, wieprzowa pieczeń ze schabu w sosie własnym (mięso 100g + sos 100g) (1), sałatka z sałaty zielonej ze śmietaną 130g (7), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i jajka 100g (3,7), herbata czarna 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml 1 szt. (7)</p>	<p><b>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na mleku 400ml (7), B/M-zacierka na wodzie 400ml(), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica sopocka 60g (6), serek twarogowy 20g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa ziemniakami 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany w sosie z włoszczyzny (mięso 100g + sos 100g) (1,9), sałatka z sałaty zielonej z jogurtem naturalnym 130g (7) , mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z tuńczyka i jajka 100g (3,7), herbata czarna 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml 1 szt. (7)</p>
<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO 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 sopocka 40g (6), serek twarogowy 20g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>II Śniadanie:</b> Kefir naturalny 150ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> zupa barszcz biały z kielbasą 400g (1,6,9,10), ziemniaki got. 250g, wieprzowa pieczeń ze schabu w sosie własnym (mięso 100g + sos 100g) (1,9), sałatka z sałaty zielonej z jogurtem naturalnym 130g (7), mieszanka kompotowa b/c (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i jajka 100g (3,7), herbata czarna b/c 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica drobiowa 40g (6), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIALKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na mleku 400ml (7), B/M-zacierka na wodzie 400ml(), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica sopocka 100g (6), serek twarogowy 20g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), schab gotowany w sosie z włoszczyzny (mięso 100g + sos 100g) (1,9), sałatka z sałaty zielonej z jogurtem naturalnym 130g (7), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z tuńczyka jajka 100g (3,7), herbata czarna 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml 1 szt. (7)</p>
<p><b>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM LATWO 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 sopocka 40g (6), serek twarogowy 20g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>II Śniadanie:</b> Kefir naturalny 150 ml (7)</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa ziemniakami 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany w sosie z włoszczyzny (mięso 100g + sos 100g) (1,9), sałatka z sałaty zielonej z jogurtem naturalnym 130g (7), mieszanka kompotowa b/c (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt</p> <p><b>Kolacja:</b>masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajka 100g (3,7), herbata czarna b/c 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica drobiowa 40g (6), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na wodzie 400ml(), margaryna roślinna 80%tł 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica sopocka 80g(6), herbata porzeczkowa 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa jarzynowa ziemniakami bez zabeliania 400g (1,6,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany w sosie z włoszczyzny (mięso 100g + sos 100g) (1,3), sałatka z sałaty zielonej z jogurtem naturalnym 130g (7)</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80%tł 10g, pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z tuńczyka i jajka 100g (3,7), herbata czarna 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus brzoskwinowy 100g 1 szt.</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na mleku 400ml (7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), dżem porzeczkowy 50g 2 szt., serek fromage 40g 1/2 szt.(7), herbata porzeczkowa 220ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa barszcz biały 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, jaja całe gotowane 2 szt. 100g (3), sos z włoszczyzny 100g (1,9) sałatka z sałaty zielonej ze śmietaną 130g (7), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka jajka 100g (3,7), herbata czarna 220ml, roszponka 30g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150ml 1 szt. (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 10.06.2024 r.

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]	2183.5	Wartość energetyczna [kcal]	2210.3
Wartość energetyczna [kJ]	9168.9	Wartość energetyczna [kJ]	9284.5
Białko [g]	92.3	Białko [g]	90.4
Tłuszcz [g]	81.4	Tłuszcz [g]	80
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.6
Węglowodany ogółem [g]	279.91	Węglowodany ogółem [g]	291.12
Cukry [g]	60.52	Cukry [g]	58.6
Błonnik pokarmowy [g]	19.16	Błonnik pokarmowy [g]	18.37
Sól [g]	4.26	Sól [g]	4.17
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2218.5	Wartość energetyczna [kcal]	2492.8
Wartość energetyczna [kJ]	9317.5	Wartość energetyczna [kJ]	10465.1
Białko [g]	107.4	Białko [g]	113.9
Tłuszcz [g]	81.6	Tłuszcz [g]	95.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42.4
Węglowodany ogółem [g]	272.71	Węglowodany ogółem [g]	302.81
Cukry [g]	50.32	Cukry [g]	61.2
Błonnik pokarmowy [g]	18.27	Błonnik pokarmowy [g]	18.83
Sól [g]	4.15	Sól [g]	4.69
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]	2216.8	Wartość energetyczna [kcal]	2103.7
Wartość energetyczna [kJ]	9307.1	Wartość energetyczna [kJ]	8835.7
Białko [g]	104.1	Białko [g]	73.7
Tłuszcz [g]	84.5	Tłuszcz [g]	76
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.1
Węglowodany ogółem [g]	268.89	Węglowodany ogółem [g]	291.24
Cukry [g]	47.31	Cukry [g]	49.13
Błonnik pokarmowy [g]	17.96	Błonnik pokarmowy [g]	20.45
Sól [g]	4.69	Sól [g]	4.53
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2158.9
		Wartość energetyczna [kJ]	9074.9
		Białko [g]	64.3
		Tłuszcz [g]	71.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.2
		Węglowodany ogółem [g]	324.31
		Cukry [g]	74.43
		Błonnik pokarmowy [g]	21.21
		Sól [g]	2.57

--	--

*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 glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę ( 1 );
  - b) maltodekstryn na bazie pszenicy ( 1 );
  - c) syropów glukozowych 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.