

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.12.2024r. (poniedziałek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1,3,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: Zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got. 250g, kotlet mielony drobiowy smażony 100g (1,3), surówka z marchewki z selerem 130g (3,10), kompot z porzeczkowy 220ml</p> <p>Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw(marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (7)</p>	<p>DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1,3,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got. 250g, pulpet got. drobiowy 100g (1,3), sos koperkowy 100g, marchew sparzona 130g, kompot z porzeczkowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (7)</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), pierś pieczona z indyka. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: Zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got. 250g, pulpet got. drobiowy 100g (1,3), sos koperkowy 100g, surówka z marchewki z selerem 130g (3,10), kompot z porzeczkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 40g (6), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1,3,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka. 100g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got. 250g, pulpet got. drobiowy 200g (1,3), sos koperkowy 100g, marchew sparzona 130g, kompot z porzeczkowy 220 ml, serek wiejski 200g (7)</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 200g (9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (7)</p>
<p>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka. 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got. 250g, pulpet got. drobiowy 100g (1,3), sos koperkowy 100g, marchew sparzona 130g, kompot z porzeczkowy b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy 100g 1 szt.</p> <p>Kolacja: masło 15g% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna b/c 220ml</p> <p>II Kolacja WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 40g (6), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: makaron na wodzie 400g (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g , pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka. 80g (6), herbata poziomkowa 220 ml, pomidor 100g</p> <p>Obiad: Zupa ryżowa 400 ml (9), ziemniaki got. 250g, pulpet got. drobiowy 100g (1,3), sos koperkowy 100g, marchew sparzona 130g, kompot z porzeczkowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g , pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 100g (9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 200ml</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</p> <p>Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1,3,7), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), twaróg półtł. 70g (7), dżem truskawkowy 50g 2 szt., herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g</p> <p>Obiad: Zupa ryżowa 400 ml (9), kotlet ziemniaczany smażony 200g (1,3), surówka z marchewki z selerem 130g (3,10), kompot z porzeczkowy 220 ml</p> <p>Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g</p> <p>Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z jajkiem i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (3,9), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 23.12.2024r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2100.5	Wartość energetyczna [kcal]	2147.8
Wartość energetyczna [kJ]	8833.6	Wartość energetyczna [kJ]	9033
Białko [g]	63.4	Białko [g]	61.9
Tłuszcz [g]	68.1	Tłuszcz [g]	69.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.7
Węglowodany ogółem [g]	316.97	Węglowodany ogółem [g]	327.79
Cukry [g]	86.95	Cukry [g]	87.51
Błonnik pokarmowy [g]	17.33	Błonnik pokarmowy [g]	17.5
Sól [g]	3.29	Sól [g]	3.15
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1851.4	Wartość energetyczna [kcal]	2373.3
Wartość energetyczna [kJ]	7780	Wartość energetyczna [kJ]	9978.3
Białko [g]	62.3	Białko [g]	90.6
Tłuszcz [g]	65.4	Tłuszcz [g]	79.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.1
Węglowodany ogółem [g]	260.21	Węglowodany ogółem [g]	333.09
Cukry [g]	45.56	Cukry [g]	86.18
Błonnik pokarmowy [g]	13.74	Błonnik pokarmowy [g]	18.11
Sól [g]	3.33	Sól [g]	3.95
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]	1984.6	Wartość energetyczna [kcal]	2141
Wartość energetyczna [kJ]	8342.4	Wartość energetyczna [kJ]	9019.6
Białko [g]	62.3	Białko [g]	61.9
Tłuszcz [g]	67.2	Tłuszcz [g]	57
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.9
Węglowodany ogółem [g]	290.7	Węglowodany ogółem [g]	353.12
Cukry [g]	59.26	Cukry [g]	73.66
Błonnik pokarmowy [g]	16.52	Błonnik pokarmowy [g]	16.6
Sól [g]	3.21	Sól [g]	3.02
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2082.5
		Wartość energetyczna [kJ]	8767.9
		Białko [g]	61.5
		Tłuszcz [g]	59.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.3
		Węglowodany ogółem [g]	334.57
		Cukry [g]	102.49
		Błonnik pokarmowy [g]	17.77
		Sól [g]	1.97

--	--

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.