

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.08.2024r. (czwartek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1] Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,3,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 60g (6), dżem wiśniowy 25g, herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Obiad: zupa z soczewicy z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, kotlet mielony smażony z piersi kurczaka 100g (1,3), mizeria 130g (7), kompot porzeczkowy 220ml Podwieczorek : jabłko 1 szt. Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata zielona 30g, herbata leśna 220ml, Posilek dodatkowy: mus owocowy 100ml</p> <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6] Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), Pierś pieczona z indyka 60g (6), serek taratre 20g (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g II śniadanie: jogurt naturalny 150 g (7) Obiad: zupa z soczewicy z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet mielony z piersi kurczaka 100g (1,3), mizeria 130g (7), kompot porzeczkowy 220ml Podwieczorek : jabłko 1 szt. Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata zielona 30g, herbata leśna b/c 220ml II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 40g (6), sałata zielona 30g, herbata leśna b/c 220ml</p> <p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6] Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), Pierś pieczona z indyka 60g (6), serek taratre 20g (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 100g II śniadanie: jogurt naturalny 150 g (7) Obiad: zupa wiejska z makaronem 400g (1,3,9),ziemniaki gotowane 250g, pulpet mielony z piersi kurczaka 100g (1,3), sos koperkowy 100g (1,7), marchew tarta sparzona 130g, kompot porzeczkowy 220ml Podwieczorek : jabłko 1 szt Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata zielona 30g, herbata leśna b/c 220ml II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 40g (6), sałata zielona 30g, herbata leśna b/c 220ml</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3] Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,3,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6),pierś pieczona z indyka 60g (6), dżem wiśniowy 25g, herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Obiad: zupa wiejska z makaronem 400g (1,3,9),ziemniaki gotowane 250g, pulpet mielony z piersi kurczaka 100g (1,3), sos koperkowy 100g (1,7), marchew tarta sparzona 130g, kompot porzeczkowy 220ml Podwieczorek : jabłko 1 szt. Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata zielona 30g, herbata leśna 220ml, Posilek dodatkowy: mus owocowy 100g</p> <p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,3,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 100g (6), dżem wiśniowy 25g, herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Obiad: zupa wiejska z makaronem 400g (1,3,9),ziemniaki gotowane 250g, pulpet mielony z piersi kurczaka 200g (1,3), sos koperkowy 100g (1,7), marchew tarta sparzona 130g, kompot porzeczkowy 220ml Podwieczorek : jabłko Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata zielona 30g, herbata leśna 220ml, Posilek dodatkowy: mus owocowy 100g</p> <p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML] Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml (3), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 100g (6), dżem wiśniowy 25g, herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Obiad: zupa wiejska z makaronem 400g (1,3,9),ziemniaki gotowane 250g, pulpet mielony z piersi kurczaka 100g (1,3), sos koperkowy 100g (1,7), marchew tarta sparzona 130g, kompot porzeczkowy 220ml Podwieczorek: jabłko 1 szt Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata zielona 30g, herbata leśna 220ml, Posilek dodatkowy: mus owocowy 100g</p> <p>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE] Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,3,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), dżem wiśniowy 25g, serek tartare 20g (7), herbata czarna 220 ml, pomidor 100g Obiad: zupa z soczewicy z makaronem 400g (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, jajko gotowane 2 szt (3), sos koperkowy 100g (1,7), mizeria 130g (7), kompot porzeczkowy 220ml Podwieczorek : jabłko 1 szt. Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), sałata zielona 30g, herbata leśna 220ml, Posilek dodatkowy: mus owocowy 100ml</p>
---	--

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 15.08.2024r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2048.9	Wartość energetyczna [kcal]	2121.3
Wartość energetyczna [kJ]	8616.1	Wartość energetyczna [kJ]	8926.7
Białko [g]	84	Białko [g]	87.2
Tłuszcz [g]	65.7	Tłuszcz [g]	63.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35
Węglowodany ogółem [g]	289.89	Węglowodany ogółem [g]	309.22
Cukry [g]	70.46	Cukry [g]	76.91
Błonnik pokarmowy [g]	19.36	Błonnik pokarmowy [g]	18.91
Sól [g]	4.34	Sól [g]	4.45
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1939.7	Wartość energetyczna [kcal]	2327.6
Wartość energetyczna [kJ]	8155.9	Wartość energetyczna [kJ]	9794.6
Białko [g]	82.8	Białko [g]	116.4
Tłuszcz [g]	63.2	Tłuszcz [g]	70.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.6
Węglowodany ogółem [g]	268.67	Węglowodany ogółem [g]	316.05
Cukry [g]	38.49	Cukry [g]	77.43
Błonnik pokarmowy [g]	17.62	Błonnik pokarmowy [g]	19.22
Sól [g]	4.88	Sól [g]	6.26
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]	1971.1	Wartość energetyczna [kcal]	1990.2
Wartość energetyczna [kJ]	8285.3	Wartość energetyczna [kJ]	8378.2
Białko [g]	82.9	Białko [g]	76.8
Tłuszcz [g]	67.6	Tłuszcz [g]	55.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.4
Węglowodany ogółem [g]	265.32	Węglowodany ogółem [g]	305.56
Cukry [g]	37.48	Cukry [g]	66.7
Błonnik pokarmowy [g]	15.37	Błonnik pokarmowy [g]	20.82
Sól [g]	5.15	Sól [g]	4.03
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		Wartość energetyczna [kcal]	2069.1
		Wartość energetyczna [kJ]	8707.4
		Białko [g]	83
		Tłuszcz [g]	61.5
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.9
		Węglowodany ogółem [g]	305.32
		Cukry [g]	70.75
		Błonnik pokarmowy [g]	19.06
		Sól [g]	2.15

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 ternstroemia*), 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.