

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.09.2024r. (piątek)

<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1 op. (7), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, papryka 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, ryba dorsz smażona 100g (1,3,4), surówka z ogórka kiszzonego z olej. rzep. 130g, kompot truskawkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> nektarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu i rzodkiewki 100g (7), rukola 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy b/c 150g (7)</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 manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g 1 op. (7), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos jarzynowy 130g (1), kompot truskawkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus marchewkowy 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6) pasta z twarogu i pietruszki 100g (7), rukola 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy b/c 150g (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), serek wiejski 200g 1 op. (7), jajko got. 50g 1 szt.(7), herbata malinowa b/c 220 ml, papryka 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, ryba dorsz gotowana 100g, sos jarzynowy 130g (1), kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> nektarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu i rzodkiewki 100g (7), rukola 30g, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare 20g 1 szt. (7), rukola 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g 1 op. (7), jajko got. 50g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos jarzynowy 130g (1), kompot truskawkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus marchewkowy 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasta z twarogu i pietruszki 150g (7), rukola 30g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy b/c 150g (7)</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU )/ 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), serek wiejski 200g 1 op. (7), jajko got. 50g 1 szt.(7), herbata malinowa b/c 220 ml, pomidor 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos jarzynowy 130g, kompot truskawkowy b/c 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus marchewkowy 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu i pietruszki 100g (7), rukola 30g, herbata czarna b/c 220ml,</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare 20g 1 szt. (7), rukola 30g, herbata czarna b/c 220ml</p>	<p><b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), dżem brzoskwiniowy 50g 2 szt., herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa pomidorowa z ryżem bez zabeliania 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, kluski śląskie 300g (1,3), sos jarzynowy 130g (1) kompot truskawkowy 220ml</p> <p><b>Podwieczorek:</b> mus marchewkowy 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasztet drobiowy pieczony 60g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> soczek pomarańczowy 200ml</p>
	<p><b>DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1 op. (7), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, papryka 100g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, ryba dorsz smażona 100g (1,3,4), surówka z ogórka kiszzonego z olej. rzep. 130g, kompot truskawkowy 220ml,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> nektarynka 1 szt.</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu i rzodkiewki 100g (7), rukola 30g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> jogurt owocowy b/c 150g</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 27.09.2024r.

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]	2172.9	Wartość energetyczna [kcal]	2193.7
Wartość energetyczna [kJ]	9113.7	Wartość energetyczna [kJ]	9211.8
Białko [g]	92.7	Białko [g]	84.3
Tłuszcz [g]	87.2	Tłuszcz [g]	79.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.5
Węglowodany ogółem [g]	266.76	Węglowodany ogółem [g]	289.01
Cukry [g]	60.21	Cukry [g]	64.07
Błonnik pokarmowy [g]	24.89	Błonnik pokarmowy [g]	25.74
Sól [g]	3.95	Sól [g]	2.38
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1947.9	Wartość energetyczna [kcal]	2247.5
Wartość energetyczna [kJ]	7760.9	Wartość energetyczna [kJ]	9856.2
Białko [g]	79	Białko [g]	88.1
Tłuszcz [g]	68.5	Tłuszcz [g]	86.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42.9
Węglowodany ogółem [g]	245.59	Węglowodany ogółem [g]	298.78
Cukry [g]	38.7	Cukry [g]	64.08
Błonnik pokarmowy [g]	13.94	Błonnik pokarmowy [g]	25.82
Sól [g]	4.49	Sól [g]	2.55
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]	1742.1	Wartość energetyczna [kcal]	2028.1
Wartość energetyczna [kJ]	7313.8	Wartość energetyczna [kJ]	8516.4
Białko [g]	64	Białko [g]	54.4
Tłuszcz [g]	67.5	Tłuszcz [g]	73.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.5
Węglowodany ogółem [g]	215.55	Węglowodany ogółem [g]	289.57
Cukry [g]	26.71	Cukry [g]	58.22
Błonnik pokarmowy [g]	12.16	Błonnik pokarmowy [g]	23.58
Sól [g]	4.04	Sól [g]	3.38
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2172.9
		Wartość energetyczna [kJ]	9113.7
		Białko [g]	92.7
		Tłuszcz [g]	87.2
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.5
		Węglowodany ogółem [g]	266.76
		Cukry [g]	60.21
		Błonnik pokarmowy [g]	24.89
		Sól [g]	3.95

*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.