

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.09.2024r. (piątek)

<p>DIETA PODSTAWOWA[1]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), dżem wiśniowy 25g, pomidor 100g, kakao na mleku 220ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa kalafiorowa z makaronem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, dorsz smażony 100g (1,4) surówka z kapusty kiszonej 130g, kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), serek tartare 20g (7), herbata malinowa 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150ml (7)</p>	<p>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3 ,7), B/M-zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g (7), dżem wiśniowy 25g, pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 220ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa kalafiorowa z makaronem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, ryba dorsz gotowana 100g (4) w sosie greckim 150g (1,9), kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), serek tartare 20g (7), herbata malinowa 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150ml (7)</p>
<p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</p> <p>Śniadanie: masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 220ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa kalafiorowa z makaronem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, ryba dorsz gotowana 100g (4) w sosie greckim 130g (1,9), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50 g (3), serek tartare 20g (7), herbata malinowa b/c 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 34g 2 szt. (7), sałata 30g, herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3 7), B/M-zacierka na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g (7), dżem wiśniowy 25g, pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 220ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa wiejska z makronem 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, ryba dorsz gotowana 200g (4) w sosie greckim 150g (1,9), kompot z aronii 220 ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), serek tartare 20g (7), herbata malinowa 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150ml (7)</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU / DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]</p> <p>Śniadanie: masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 220ml (7)</p> <p>Obiad: Zupa kalafiorowa z makaronem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, ryba dorsz gotowana 100g (4) w sosie greckim 150g (1,9), kompot z aronii b/c 220ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g (1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50 g (3), serek tartare 20g (7), herbata malinowa b/c 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 34g 2 szt. (7), sałata 30g, herbata malinowa b/c 220ml</p>	<p>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</p> <p>Śniadanie: zacierka na wodzie 400ml(1,3), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasztet pieczony 80g (1,3,6,7,9), pomidor 100g, kawa zbożowa na wodzie 220ml</p> <p>Obiad: Zupa kalafiorowa z makaronem bez zabielenia 400g (1,9), ziemniaki gotowane 250g, ryba dorsz gotowana 100g (4) w sosie greckim 150g (1,9), kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p>Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g (1,6), jajko gotowane 100g 2 szt. (3), sałata strzępiasta 3 listki, herbata malinowa 220ml</p> <p>Posilek dodatkowy: mus jabłkowy 100g</p>
	<p>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</p> <p>Śniadanie: zacierka na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 400ml (), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), dżem wiśniowy 25g, pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 220ml</p> <p>Obiad: Zupa kalafiorowa z makaronem 400g (1,7,9), ziemniaki gotowane 250g, dorsz smażony 100g (1,4) surówka z kapusty kiszonej 130g, kompot z aronii 220ml</p> <p>Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 150g</p> <p>Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 50g 1 szt. (3), serek tartare 20g (7), herbata malinowa 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p>Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150ml (7)</p>

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 20.09.2024r.

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]	2237.1	Wartość energetyczna [kcal]	2266.9
Wartość energetyczna [kJ]	9394.5	Wartość energetyczna [kJ]	9521.3
Białko [g]	110.2	Białko [g]	91.9
Tłuszcz [g]	83	Tłuszcz [g]	81.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.8
Węglowodany ogółem [g]	271.8	Węglowodany ogółem [g]	301.74
Cukry [g]	70.99	Cukry [g]	80.51
Błonnik pokarmowy [g]	19.14	Błonnik pokarmowy [g]	21.9
Sól [g]	2.67	Sól [g]	2.05
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIALKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2357.5
		Wartość energetyczna [kJ]	9900.1
		Białko [g]	100.5
		Tłuszcz [g]	85.4
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	44.1
		Węglowodany ogółem [g]	309.45
		Cukry [g]	82.11
		Błonnik pokarmowy [g]	25.62
		Sól [g]	2.74
		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2124.1
		Wartość energetyczna [kJ]	8931.7
		Białko [g]	91.9
		Tłuszcz [g]	68
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29
		Węglowodany ogółem [g]	297.2
		Cukry [g]	72.16
		Błonnik pokarmowy [g]	22.14
		Sól [g]	2.02
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2237.1
		Wartość energetyczna [kJ]	9394.5
		Białko [g]	110.2
		Tłuszcz [g]	83
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.2
		Węglowodany ogółem [g]	271.8
		Cukry [g]	70.99
		Błonnik pokarmowy [g]	19.14
		Sól [g]	2.67

--	--

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.