

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.01.2025r. (czwartek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400 ml (7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata z aronii 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1,9), spaghetti mięsno (wieprzowe) – warzywno 300g (1,3,9), kompot porzeczkowy 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki

Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]

Śniadanie: masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata z aronii b/c 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1,9), spaghetti (kasza kukurydziana pełnoziarnisty) mięsno (wieprzowe) – warzywno 300g (1,3,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), herbata czarna b/c 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 40g (6), sałata 30g, herbata z aronii b/c 220ml

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU /DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (WĄTROBOWA/CUKRZYCOWA) [3/6]

Śniadanie: masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata z aronii b/c 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1,9), spaghetti mięsno (wieprzowe) – warzywno 300g (1,3,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml

Podwieczorek: mus owocowy 100g

Kolacja: masło 15g% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), herbata czarna b/c 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki

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 z aronii b/c 220ml

DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400 ml (7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata z aronii 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1,9), spaghetti mięsno (wieprzowe) – warzywno 300g (1,3,9), kompot porzeczkowy 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), serek wiejski 200g (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki

Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400 ml (7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa żywiecka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata z aronii 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1,9), spaghetti mięsno (wieprzowe) – warzywno 300g (1,3,9), kompot porzeczkowy 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), kiełbasa żywiecka 100g (6), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki

Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie 400g (7), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa żywiecka 80g (6), herbata z aronii 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1,9), spaghetti mięsno (wieprzowe) – warzywno 300g (1,3,9), kompot porzeczkowy 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 40g (6), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g

Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400 ml (7), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), konserwa rybna śledź w oleju 170g (1,3,6,7, 9,10), herbata z aronii 220ml, pomidor 100g

Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (1,9), spaghetti warzywno 300g (1,3,9), kompot porzeczkowy 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 80g 1 szt. (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki

Posilek dodatkowy: Mus wieloowocowy 100g

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 02.01.2025r.

DIETA PODSTAWOWA [1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2100.5	Wartość energetyczna [kcal]	2009.6
Wartość energetyczna [kJ]	8833.6	Wartość energetyczna [kJ]	8441.7
Białko [g]	63.4	Białko [g]	71.7
Tłuszcz [g]	68.1	Tłuszcz [g]	70.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.8
Węglowodany ogółem [g]	316.97	Węglowodany ogółem [g]	281.82
Cukry [g]	86.95	Cukry [g]	62.73
Błonnik pokarmowy [g]	17.33	Błonnik pokarmowy [g]	20.96
Sól [g]	3.29	Sól [g]	4.04
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
		parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1880.7	Wartość energetyczna [kcal]	2127.1
Wartość energetyczna [kJ]	7900.6	Wartość energetyczna [kJ]	8935.6
Białko [g]	78.9	Białko [g]	90
Tłuszcz [g]	66.7	Tłuszcz [g]	75.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.6
Węglowodany ogółem [g]	250.09	Węglowodany ogółem [g]	282.55
Cukry [g]	35.91	Cukry [g]	63.27
Błonnik pokarmowy [g]	18.07	Błonnik pokarmowy [g]	21.14
Sól [g]	4.51	Sól [g]	6.05
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
		parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1914.4	Wartość energetyczna [kcal]	1892.3
Wartość energetyczna [kJ]	8039	Wartość energetyczna [kJ]	7957.7
Białko [g]	78.7	Białko [g]	72.7
Tłuszcz [g]	70.8	Tłuszcz [g]	59.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	24.8
Węglowodany ogółem [g]	249.4	Węglowodany ogółem [g]	277.36
Cukry [g]	35.41	Cukry [g]	54.79
Błonnik pokarmowy [g]	17.89	Błonnik pokarmowy [g]	21.29
Sól [g]	4.53	Sól [g]	4.39
		DIETA WEGETARIANSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1914.4	Wartość energetyczna [kcal]	2082.5
Wartość energetyczna [kJ]	8039	Wartość energetyczna [kJ]	8767.9
Białko [g]	78.7	Białko [g]	61.5
Tłuszcz [g]	70.8	Tłuszcz [g]	59.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.3
Węglowodany ogółem [g]	249.4	Węglowodany ogółem [g]	334.57
Cukry [g]	35.41	Cukry [g]	102.49
Błonnik pokarmowy [g]	17.89	Błonnik pokarmowy [g]	17.77
Sól [g]	4.53	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 Żywności

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywności

*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) *zboż 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.