

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.09.2024r. (czwartek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: makaron na mleku 400ml (7), B/M- makaron na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata brzoskwiniowa 220ml, ogórek zielony 100g

Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza gryczana 200g (1), bitka wieprzowa w sosie własnym (mięso 100g + sos 100g) (1,3), sałatka z buraków i cebuli 130g, mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka wieprzowa 60g (6), herbata czarna 220ml, roszonek 30g

Posilek dodatkowy: Jogurt naturalny 150ml 1 szt. (7)

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 tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata brzoskwiniowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g

II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 ml (7)

Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza gryczana 200g (1), got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1,3), sałatka z buraków i cebuli 130g, mieszanka kompotowa b/c (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), szynka wieprzowa 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, roszonek 30g

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), pasta z twarogu i pietruszki 50g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

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 tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata brzoskwiniowa b/c 220ml, pomidor 100g

II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 ml (7)

Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1,3), buraczki na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa b/c (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 150g

Kolacja:masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), szynka wieprzowa 60g (6), herbata czarna b/c 220ml, roszonek 30g

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), pasta z twarogu i pietruszki 50g (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

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

Śniadanie: makaron na mleku 400ml (7), B/M-makaron na wodzie 400ml(), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata brzoskwiniowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1,3), buraczki na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka wieprzowa 60g (6), herbata czarna 220ml, roszonek 30g

Posilek dodatkowy: Jogurt naturalny 150ml (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: makaron na mleku 400ml (7), B/M-makaron na wodzie 400ml(), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 100g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata brzoskwiniowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 200g + sos 100g) (1,3), buraczki na ciepło 130g (1), mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), szynka wieprzowa 60g (6), herbata czarna 220ml, roszonek 30g

Posilek dodatkowy: kefir 150ml 1 szt. (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: makaron na wodzie 400ml(), margaryna roślinna 80% 10g , pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1,6), pierś pieczona z indyka 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata brzoskwiniowa 220ml, pomidor 100g

Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), got. pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (mięso 100g + sos 100g) (1,3), buraczki na ciepło 130g (1) , mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne 100g(1,6),szynka wieprzowa 60g (6), herbata czarna 220ml, roszonek 30g

Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]

Śniadanie: makaron na mleku 400ml (7), B/M- makaron na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), miód naturalny 25g 1 szt., serek fromage 80g 1 szt.(7), herbata brzoskwiniowa 220ml, ogórek zielony 100g

Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza gryczana 200g (1), jajko gotowane 100g 2 szt. (3), sos pietruszkowy 100g (1), sałatka z buraków i cebuli 130g, mieszanka kompotowa (czarna porzeczka, agrest, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu i pietruszki 100g (7), herbata czarna 220ml, roszonek 30g

Posilek dodatkowy: kefir 150ml 1 szt. (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 12.09.2024 r.

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]	2078.8	Wartość energetyczna [kcal]	1990.8
Wartość energetyczna [kJ]	8734.1	Wartość energetyczna [kJ]	8374.2
Białko [g]	85	Białko [g]	80.7
Tłuszcz [g]	73.4	Tłuszcz [g]	62
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.5
Węglowodany ogółem [g]	278.74	Węglowodany ogółem [g]	286.5
Cukry [g]	55.29	Cukry [g]	47.61
Błonnik pokarmowy [g]	18.65	Błonnik pokarmowy [g]	18.38
Sól [g]	3.13	Sól [g]	3.15
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2000.1	Wartość energetyczna [kcal]	2256.7
Wartość energetyczna [kJ]	8397	Wartość energetyczna [kJ]	9488.9
Białko [g]	89.6	Białko [g]	105.8
Tłuszcz [g]	75.6	Tłuszcz [g]	74.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.5
Węglowodany ogółem [g]	249.2	Węglowodany ogółem [g]	300.5
Cukry [g]	42.65	Cukry [g]	48.2
Błonnik pokarmowy [g]	18.06	Błonnik pokarmowy [g]	18.53
Sól [g]	4.49	Sól [g]	3.91
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1996.4	Wartość energetyczna [kcal]	1902.9
Wartość energetyczna [kJ]	8384	Wartość energetyczna [kJ]	8011.5
Białko [g]	89.7	Białko [g]	70.1
Tłuszcz [g]	73.3	Tłuszcz [g]	53.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	24.8
Węglowodany ogółem [g]	253.65	Węglowodany ogółem [g]	294.69
Cukry [g]	44.06	Cukry [g]	55.19
Błonnik pokarmowy [g]	18.45	Błonnik pokarmowy [g]	18.53
Sól [g]	4.56	Sól [g]	2.75
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2213.7
		Wartość energetyczna [kJ]	9285.9
		Białko [g]	82.9
		Tłuszcz [g]	90.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.3
		Węglowodany ogółem [g]	275.3
		Cukry [g]	56.69
		Błonnik pokarmowy [g]	18.19
		Sól [g]	3.07

--	--

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.