

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.11.2024r. (wtorek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220ml, roszonek 30g

Obiad: Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron z serem białym (1,7) 300g, kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica drobiowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150g (7)

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220ml, roszonek 30g

Obiad: Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron pełnoziarnisty z serem białym 300g (1,7), kompot wiśniowy b/c 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica drobiowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty z rzodkiewką 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), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna 220ml, roszonek 30g

Obiad: Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron z serem białym (1,7) 300g, kompot wiśniowy b/c 220ml

Podwieczorek: mus owocowy 1 szt. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica drobiowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 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: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220ml, roszonek 30g

Obiad: Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron z serem białym (1,7) 300g, kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica drobiowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150g (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA(WYSOKOBIAŁKOWA) [9]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa wieprzowa 100g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220ml, roszonek 30g

Obiad: Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron z serem białym (1,7) 300g, kompot wiśniowy 220ml,

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica drobiowa 100g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 80% tł. 10g,, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodz. 25g, herbata poziomkowa 220ml, roszonek 30g

Obiad: Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron z serem białym (1,7) 300g, kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica drobiowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: mus owocowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA +ryby [1/WE]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), dżem truskawkowy niskosłodz. 25g 1 szt., jajko gotowane 2 szt. 100g (3), herbata poziomkowa 220ml, rzodkiew biała 100g

Obiad: Zupa solferino z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron z serem białym (1,7) 300g, kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), twaróg półtłusty z rzodkiewką 50g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 12.11.2024r.

DIETA PODSTAWOWA [1]		DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2205.6	Wartość energetyczna [kcal]	1904.3
Wartość energetyczna [kJ]	9258.8	Wartość energetyczna [kJ]	8006.5
Białko [g]	83.4	Białko [g]	63.1
Tłuszcz [g]	85.1	Tłuszcz [g]	62.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.7
Węglowodany ogółem [g]	285.13	Węglowodany ogółem [g]	282.26
Cukry [g]	49.21	Cukry [g]	62.08
Błonnik pokarmowy [g]	17.69	Błonnik pokarmowy [g]	18.13
Sól [g]	5.96	Sól [g]	3.23
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA)		DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9](wysokobiałkowa)	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1835.7	Wartość energetyczna [kcal]	2189.8
Wartość energetyczna [kJ]	7723.6	Wartość energetyczna [kJ]	9200.1
Białko [g]	68.3	Białko [g]	93.8
Tłuszcz [g]	54.3	Tłuszcz [g]	78
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.1
Cukry [g]	278.64	Węglowodany ogółem [g]	287.01
Błonnik pokarmowy [g]	42.49	Cukry [g]	62.51
Sól [g]	20.64	Błonnik pokarmowy [g]	18.13
Wartość energetyczna [kcal]	3.73	Sól [g]	4
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [KOD 3/6], WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1735.3	Wartość energetyczna [kcal]	1934.6
Wartość energetyczna [kJ]	7293.8	Wartość energetyczna [kJ]	8147.6
Białko [g]	65.6	Białko [g]	51.3
Tłuszcz [g]	59.9	Tłuszcz [g]	54.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25.3
Węglowodany ogółem [g]	239.83	Węglowodany ogółem [g]	316.71
Cukry [g]	42.5	Cukry [g]	100.66
Błonnik pokarmowy [g]	13.2	Błonnik pokarmowy [g]	13.1
Sól [g]	3.88	Sól [g]	3.6
		DIETA WEGETARIAŃSKA [WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1735.3	Wartość energetyczna [kcal]	2308.5
Wartość energetyczna [kJ]	7293.8	Wartość energetyczna [kJ]	9680.7
Białko [g]	65.6	Białko [g]	82.4
Tłuszcz [g]	59.9	Tłuszcz [g]	96.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	47.5
Węglowodany ogółem [g]	239.83	Węglowodany ogółem [g]	286.27
Cukry [g]	42.5	Cukry [g]	48.87
Błonnik pokarmowy [g]	13.2	Błonnik pokarmowy [g]	18.95
Sól [g]	3.88	Sól [g]	3.8

--	--

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 glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);*
 - b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);*
 - c) syropów glukozowych 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.*