

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.11.2024r. (środa)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 25g, pomidor 100g, herbata leśna 220ml

Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka podsmażane 100g, sałatka ze śmietaną 130g (7), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka z ryżu, tuńczyka, ogórka konserwowego, kukurydzy 120g (3,4,9), rukola 30g, herbata czarna 220ml,

Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 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), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek tartare 20g 1 szt (7), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml

Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, sos marchwiowo - cukiniowy 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/c 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka z ryżu, tuńczyka, ogórka konserwowego, kukurydzy 120g (3,4,10), rukola 30g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica sopocka 40g (6), rukola 30g, 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), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek tartare 20g 1 szt (7), pomidor 100g, herbata leśna b/c 220ml

Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, sos marchwiowo - cukiniowy 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) b/c 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka z ryżu, tuńczyka, koperku i jogurtu naturalnego 120g (4,7), rukola 30g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica sopocka 40g (6), rukola 30g, 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: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 25g, pomidor 100g, herbata leśna 220ml

Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, sos marchwiowo - cukiniowy 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka z ryżu, tuńczyka, koperku i jogurtu naturalnego 120g (4,7), rukola 30g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 100g (6), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 25g, pomidor 100g, herbata leśna 220ml

Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 200g, sos marchwiowo - cukiniowy 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka z ryżu, tuńczyka, koperku i jogurtu naturalnego 150g (4,7), rukola 30g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 25g, pomidor 100g, herbata leśna 220ml

Obiad: Rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, udko z kurczaka gotowane 100g, sos marchwiowo - cukiniowy 130g (1), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka z ryżu, tuńczyka, koperku 120g (4,7), rukola 30g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: mus owocowy 100ml

DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml(1), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 50g 2 szt., pomidor 100g, herbata leśna 220ml

Obiad: Rosół warzywny z makaronem 400g (1,9), ziemniaki 250g, kotlet z kaszy jęczmiennej 100 (1,3), sałata z jogurtem naturalnym 130g (7), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, truskawka) 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka z ryżu, tuńczyka, ogórka konserwowego, kukurydzy 120g (3,4,9), rukola 30g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 13.11.2024 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]	2121.1	Wartość energetyczna [kcal]	2078.9
Wartość energetyczna [kJ]	8916.8	Wartość energetyczna [kJ]	8754.8
Białko [g]	87.7	Białko [g]	102.4
Tłuszcz [g]	72.3	Tłuszcz [g]	58.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.2
Węglowodany ogółem [g]	287.59	Węglowodany ogółem [g]	291.73
Cukry [g]	63.49	Cukry [g]	61.09
Błonnik pokarmowy [g]	15.65	Błonnik pokarmowy [g]	14.2
Sól [g]	3.7	Sól [g]	3.76
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1875.1	Wartość energetyczna [kcal]	2243.9
Wartość energetyczna [kJ]	7885.7	Wartość energetyczna [kJ]	9447.3
Białko [g]	93.1	Białko [g]	121
Tłuszcz [g]	60.9	Tłuszcz [g]	65.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	298.87
Węglowodany ogółem [g]	246.07	Węglowodany ogółem [g]	61.26
Cukry [g]	42.04	Cukry [g]	14.41
Błonnik pokarmowy [g]	14.95	Błonnik pokarmowy [g]	4.76
Sól [g]	4.05	Sól [g]	5.25
DIETA 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]	2157.9	Wartość energetyczna [kcal]	2021.4
Wartość energetyczna [kJ]	9076.1	Wartość energetyczna [kJ]	8502.3
Białko [g]	99.2	Białko [g]	79.5
Tłuszcz [g]	69.8	Tłuszcz [g]	62.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.9
Węglowodany ogółem [g]	291.29	Węglowodany ogółem [g]	297.22
Cukry [g]	46.67	Cukry [g]	74.33
Błonnik pokarmowy [g]	16.13	Błonnik pokarmowy [g]	22.38
Sól [g]	4.3	Sól [g]	3.61
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2264
		Wartość energetyczna [kJ]	9515.6
		Białko [g]	96.8
		Tłuszcz [g]	78.9
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.5
		Węglowodany ogółem [g]	299.43
		Cukry [g]	66.2
		Błonnik pokarmowy [g]	15.92
		Sól [g]	3.75

--	--

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) 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.