

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.01.2025r. (wtorek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220ml, papryka 100g

Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), ryż z musem jabłkowym 300g (1,5,6,7,8,9), kompot porzeczkowy 220ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt./ ok. 100g

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta sera białego ze rzodkiewką 100g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,

Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150g (7)

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

Śniadanie: masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa b/c 220ml, papryka 100g

Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), ryż pełnoziarnisty z musem jabłkowym b/c 300g (1,5,6,7,8,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, graham 50g(1), pasta sera białego ze rzodkiewką 100g (7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), polędwica miodowa 40g (6), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

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

Śniadanie: masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa b/c 220ml, sałata 30g

Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), ryż z musem jabłkowym b/c 300g (1,5,6,7,8,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml

Podwieczorek: mus brzoskwiowy 100g

Kolacja: masło 15g% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, graham 50g(1), pasta sera białego z pietruszką 100g (3,7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), polędwica miodowa 40g (6), 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: zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220 ml, sałata 30g

Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), ryż z musem jabłkowym 300g (1,5,6,7,8,9), kompot porzeczkowy 220 ml

Podwieczorek: Mus brzoskwiowy 1 szt. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta sera białego z pietruszką 100g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150g (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka konserwowa wieprzowa 100g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220 ml, sałata 30g

Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), ryż z musem jabłkowym 300g (1,5,6,7,8,9), kompot porzeczkowy 220 ml, serek wiejski 200g (7)

Podwieczorek: Mus brzoskwiowy 1 szt. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta sera białego z pietruszką 100g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: zacierka na wodzie 400g (1,3), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka konserwowa wieprzowa 80g (6), herbata malinowa 220 ml, sałata 30g

Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami bez zabielenia 400 ml (1,9), ryż z musem jabłkowym 300g (1,5,6,7,8,9), kompot porzeczkowy 220 ml

Podwieczorek: Mus brzoskwiowy 1 szt. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z jajek i pietruszki 100g (3), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), twaróg półtł. 70g (7), dżem truskawkowy 50g 2 szt., herbata malinowa 220ml, papryka 100g

Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (1,7,9), ryż z musem jabłkowym 300g (1,5,6,7,8,9), kompot porzeczkowy 220 ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta sera białego ze rzodkiewką 100g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Mus brzoskwiowy 100g

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 14.01.2025r.

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]	2107.4	Wartość energetyczna [kcal]	2135.6
Wartość energetyczna [kJ]	8857.9	Wartość energetyczna [kJ]	8972.6
Białko [g]	58	Białko [g]	58
Tłuszcz [g]	70.5	Tłuszcz [g]	74.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.9
Węglowodany ogółem [g]	320.59	Węglowodany ogółem [g]	317.64
Cukry [g]	95.07	Cukry [g]	92.39
Błonnik pokarmowy [g]	21.27	Błonnik pokarmowy [g]	20.51
Sól [g]	3.07	Sól [g]	3.25
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
		parametr	zawartość razem
parametr	zawartość razem	Wartość energetyczna [kcal]	2484.3
Wartość energetyczna [kcal]	2050.3	Wartość energetyczna [kJ]	10424.9
Wartość energetyczna [kJ]	8610.7	Białko [g]	87
Białko [g]	60.2	Tłuszcz [g]	98.6
Tłuszcz [g]	74.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	40.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34	Węglowodany ogółem [g]	322.23
Węglowodany ogółem [g]	293.02	Cukry [g]	92.57
Cukry [g]	70.57	Błonnik pokarmowy [g]	20.51
Błonnik pokarmowy [g]	18.82	Sól [g]	4.23
Sól [g]	3.51	DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		parametr	
		parametr	zawartość razem
parametr	zawartość razem	Wartość energetyczna [kcal]	2141
Wartość energetyczna [kcal]	2022.7	Wartość energetyczna [kJ]	9019.6
Wartość energetyczna [kJ]	8492.5	Białko [g]	61.9
Białko [g]	62.4	Tłuszcz [g]	57
Tłuszcz [g]	76.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.6	Węglowodany ogółem [g]	353.12
Węglowodany ogółem [g]	279.15	Cukry [g]	73.66
Cukry [g]	61.44	Błonnik pokarmowy [g]	16.6
Błonnik pokarmowy [g]	16.58	Sól [g]	3.02
Sól [g]	3.5	DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2043.4
		Wartość energetyczna [kJ]	8588
		Białko [g]	52.8
		Tłuszcz [g]	69
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.9
		Węglowodany ogółem [g]	313.05
		Cukry [g]	84.22
		Błonnik pokarmowy [g]	20.74
		Sól [g]	3.04

--	--

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.