

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.11.2024r. (piątek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400 ml (1,3,7), B/M – płatki jęczmienne na wodzie 400g (1,3), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty salami 60g (7), dżem truskawkowy 20g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g
Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1,7,9), ziemniaki got.250g, ryba dorsz gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1), surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzy z olejem rzepakowym 130g, kompot porzeczkowy 220ml
Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu z rzodkiewką tartą 100 g (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki
Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 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), serek wiejski 200g 1szt. (7), herbata malinowa b/c 220 ml, pomidor 100g
Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1,7,9), ziemniaki got.250g, ryba dorsz gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1), surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzy z olejem rzepakowym 130g, kompot porzeczkowy b/c 220ml
Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z twarogu z rzodkiewką tartą 100 g (7), herbata czarna b/c 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki
II Kolacja CUKRZ: pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), serek deliser 34g 2 szt. (7), sałata zielona 30 g, herbata czarna 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), serek wiejski 200g 1szt. (7), herbata malinowa b/c 220 ml, pomidor 100g
Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1,7,9), ziemniaki got.250g, ryba dorsz gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1), brokuł gotowany 130g, kompot porzeczkowy b/c 220ml
Podwieczorek: Jabłko 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (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), serek deliser 34g 2 szt.(7), sałata zielona 30 g, 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 jęczmienne na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -płatki jęczmienne na wodzie 400g (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g 1szt. (7), dżem truskawkowy 20g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g
Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1,7,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1), brokuł gotowany 130g, kompot porzeczkowy 220ml
Podwieczorek: Banana 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki
Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -płatki jęczmienne na wodzie 400g (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), serek wiejski 200g 1szt. (7), dżem truskawkowy 20g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, pomidor 100g
Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1,7,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz gotowana 200g, sos koperkowy 100g (1), brokuł gotowany 130g, kompot porzeczkowy 220ml
Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki
Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400g (1), margaryna roślinna 80% tł., pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasztet drobiowy 80g (1,6,7,9), dżem truskawkowy 25g 1 szt. herbata malinowa 220ml, pomidor 100g
Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem bez zabielenia 400 ml (1,9), ziemniaki got. 250g, ryba dorsz gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1), brokuł gotowany 130g, kompot porzeczkowy 220ml
Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: margaryna roślinna 80% tł., pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z jajek i pietruszki 100g (3), sałata zielona 30 g 3 listki, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 400 ml (1,3,7), B/M – płatki jęczmienne na wodzie 400g (1,3), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), ser żółty salami 60g (7), dżem truskawkowy 20g 1 szt., herbata malinowa 220ml, pomidor 100g
Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem 400 ml (1,7,9), ziemniaki got.250g, ryba dorsz gotowana 100g, sos koperkowy 100g (1), surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzy z olejem rzepakowym 130g, kompot porzeczkowy 220ml
Podwieczorek: Banan 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu z rzodkiewką tartą 100 g (7), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g 3 listki
Posilek dodatkowy: jogurt owocowy b/c 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 15.11.2024 r.

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]	2495.6	Wartość energetyczna [kcal]	2112.7
Wartość energetyczna [kJ]	10481.7	Wartość energetyczna [kJ]	8882.6
Białko [g]	104.2	Białko [g]	78.9
Tłuszcz [g]	89.7	Tłuszcz [g]	68.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	50.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.2
Węglowodany ogółem [g]	330.21	Węglowodany ogółem [g]	306.01
Cukry [g]	64.46	Cukry [g]	89.74
Błonnik pokarmowy [g]	25.09	Błonnik pokarmowy [g]	21.94
Sól [g]	3.96	Sól [g]	2.67
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2534.2
		Wartość energetyczna [kJ]	10646
		Białko [g]	100.8
		Tłuszcz [g]	90.3
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.3
		Węglowodany ogółem [g]	340.85
		Cukry [g]	95.14
		Błonnik pokarmowy [g]	22.82
Sól [g]	2.99		
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2052.4
		Wartość energetyczna [kJ]	8619.8
		Białko [g]	59.2
		Tłuszcz [g]	73.5
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	26.3
		Węglowodany ogółem [g]	299.62
		Cukry [g]	78.02
		Błonnik pokarmowy [g]	22.34
Sól [g]	2.95		
DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2495.6
		Wartość energetyczna [kJ]	10481.7
		Białko [g]	104.2
		Tłuszcz [g]	89.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	50.4
		Węglowodany ogółem [g]	330.21
		Cukry [g]	64.46
		Błonnik pokarmowy [g]	25.09
Sól [g]	3.96		

--	--

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.