

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.09.2024r. (wtorek)

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), polędwica drobiowa 60g (6), miód owocowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g

Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), ziemniaki got. 250g, fasolka po bretońsku z kiełbasą wieprzową 300g (6,10), kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt./ ok. 150g

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), herbata malinowa 220ml, papryka 100g

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), polędwica drobiowa 60g(6), serek deliser 17g (7), herbata czarna b/c 220 ml,sałata 30g

Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), ziemniaki got. 250g, fasolka po bretońsku z kiełbasą wieprzową 300g (6,10), kompot z aronii b/c 220ml

Podwieczorek: śliwka 1 szt./ ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), herbata malinowa b/c 220ml, papryka 100g

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), serek tartare 1szt. 20g (7), pomidor 50g, herbata malinowa 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), polędwica drobiowa 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata czarna b/c, sałata 30g

Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,6,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos marchwiowo-cukiniowy 130g (1), kompot z aronii b/c 220ml

Podwieczorek: mus brzoskwinowy 1 szt.

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio -pszenne 50g, graham 50g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220ml

II Kolacja WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), serek tartare 1szt. 20g (7), pomidor 50g,herbata malinowa 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), polędwica drobiowa 60g (6), miód owocowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g

Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,6,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos marchwiowo-cukiniowy 130g (1), kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt./ ok. 150g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 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), polędwica drobiowa 100g (6), miód owocowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g

Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,6,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos marchwiowo-cukiniowy 130g (1), kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt./ ok. 150g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki jęczmienne na wodzie 400g (1), margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica drobiowa 60g (6), miód owocowy 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g

Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,6,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos marchwiowo-cukiniowy 130g (1), kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt./ ok. 150g

Kolacja: margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml

Posilek dodatkowy: soczek jabłkowy 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), serek deliser 2 szt. 34g (7), miód owocowy 50g 2 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g

Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,6,9), kluski śląskie 300g (1,3), sos marchwiowo-cukiniowy 130g (1), kompot z aronii 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt./ ok. 150g

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw 100g (4,9), papryka 100g, herbata malinowa 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt owocowy 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 12.09.2024r.

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]	2095.4	Wartość energetyczna [kcal]	1964.7
Wartość energetyczna [kJ]	8824.5	Wartość energetyczna [kJ]	8266.6
Białko [g]	76.1	Białko [g]	77.9
Tłuszcz [g]	52	Tłuszcz [g]	61.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	23.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.3
Węglowodany ogółem [g]	346.83	Węglowodany ogółem [g]	282.52
Cukry [g]	74.48	Cukry [g]	37.11
Błonnik pokarmowy [g]	32.47	Błonnik pokarmowy [g]	13.97
Sól [g]	2.41	Sól [g]	4.39
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1873.7	Wartość energetyczna [kcal]	1954.4
Wartość energetyczna [kJ]	7871.3	Wartość energetyczna [kJ]	8226.9
Białko [g]	71.4	Białko [g]	87.2
Tłuszcz [g]	61	Tłuszcz [g]	58.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	24.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.5
Węglowodany ogółem [g]	275.6	Węglowodany ogółem [g]	276.45
Cukry [g]	37.77	Cukry [g]	36.51
Błonnik pokarmowy [g]	31.69	Błonnik pokarmowy [g]	12.98
Sól [g]	3.38	Sól [g]	5.16
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]	1795.8	Wartość energetyczna [kcal]	1846.8
Wartość energetyczna [kJ]	7548.7	Wartość energetyczna [kJ]	7779.6
Białko [g]	52.9	Białko [g]	75
Tłuszcz [g]	59.4	Tłuszcz [g]	49.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	23.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	14.3
Węglowodany ogółem [g]	271.58	Węglowodany ogółem [g]	282.17
Cukry [g]	26.63	Cukry [g]	29.41
Błonnik pokarmowy [g]	18.37	Błonnik pokarmowy [g]	14.47
Sól [g]	3.23	Sól [g]	3.75
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1795.8	Wartość energetyczna [kcal]	2290.4
Wartość energetyczna [kJ]	7548.7	Wartość energetyczna [kJ]	9638.2
Białko [g]	52.9	Białko [g]	56.2
Tłuszcz [g]	59.4	Tłuszcz [g]	67.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	23.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.5
Węglowodany ogółem [g]	271.58	Węglowodany ogółem [g]	375.35
Cukry [g]	26.63	Cukry [g]	66.81
Błonnik pokarmowy [g]	18.37	Błonnik pokarmowy [g]	22.74
Sól [g]	3.23	Sól [g]	2.92

--	--

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 owocowych 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.