

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.09.2024r. (środa)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 15g(7), szynka got. wieprzowa 60g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g, herbata porzeczkowa 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza gryczana 200g (1), bitka wieprzowa w sosie własnym 200g (100g mięso + 100g sos) (1), mizeria 130g (7), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek : jabłko 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa 100g (6,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g

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

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

Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza gryczana 200g (1), bitka wieprzowa w sosie własnym 200g (100g mięso + 100g sos) (1), mizeria 130g (7), kompot truskawkowy b/c 220ml

Podwieczorek : jabłko 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa 100g (6,10), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 34g 2 szt. (7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

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

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

Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), schab wieprzowy gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1), sałata 130g (1), kompot truskawkowy b/c 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa 100g (6,10), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek deliser 34g 2 szt. (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: kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprzowa 60g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g, herbata porzeczkowa 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g, schab wieprzowy gotowany 100g (1), sos koperkowy 100g (1), sałata z jogurtem naturalnym 130g (7), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), parówka drobiowa 100g (6,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,

Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprzowa 100g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g, herbata porzeczkowa 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna 200g (1), schab gotowany 200g, sos koperkowy 100g (1), sałata z jogurtem naturalnym 130g (7), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek : jabłko 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), parówka drobiowa 100g (6,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,

Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza manna na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprzowa 60g (6), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g, herbata porzeczkowa 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa barszcz czerwony bez zabielenia z ziemniakami 400g (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), schab gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1), sałata z olejem rzepakowym 130g, kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt. / ok. 150g

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

Posilek dodatkowy: mus owocowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), dżem niskosłodzony truskawkowy 25g, herbata porzeczkowa 220 ml, sałata 30g

Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza gryczana 200g (1), sos koperkowy 100g (1) z fasolką czerwoną 100g, mizeria 130g (7), kompot truskawkowy 220ml

Podwieczorek : jabłko 1 szt. / ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), tuńczyk w oleju 120g (4,6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 18.09.2024r.

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]	2183.3	Wartość energetyczna [kcal]	2193.3
Wartość energetyczna [kJ]	9165.6	Wartość energetyczna [kJ]	9214.6
Białko [g]	77	Białko [g]	85.5
Tłuszcz [g]	84.1	Tłuszcz [g]	77.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.5
Węglowodany ogółem [g]	287.69	Węglowodany ogółem [g]	299.03
Cukry [g]	72.8	Cukry [g]	69.11
Błonnik pokarmowy [g]	16.5	Błonnik pokarmowy [g]	20.76
Sól [g]	4.63	Sól [g]	4.69
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1998.4	Wartość energetyczna [kcal]	2367.8
Wartość energetyczna [kJ]	8370.9	Wartość energetyczna [kJ]	9942.2
Białko [g]	73.5	Białko [g]	103.3
Tłuszcz [g]	91.1	Tłuszcz [g]	88.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.7
Węglowodany ogółem [g]	229.53	Węglowodany ogółem [g]	300.02
Cukry [g]	29.5	Cukry [g]	69.37
Błonnik pokarmowy [g]	17.03	Błonnik pokarmowy [g]	20.76
Sól [g]	5.41	Sól [g]	5.52
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]	1900.6	Wartość energetyczna [kcal]	2020.8
Wartość energetyczna [kJ]	7972.8	Wartość energetyczna [kJ]	8499.5
Białko [g]	72.6	Białko [g]	80
Tłuszcz [g]	76.1	Tłuszcz [g]	62.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	22.7
Węglowodany ogółem [g]	240.64	Węglowodany ogółem [g]	294.3
Cukry [g]	35.68	Cukry [g]	60.47
Błonnik pokarmowy [g]	19.18	Błonnik pokarmowy [g]	20.89
Sól [g]	5.37	Sól [g]	4.55
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1974.1	Wartość energetyczna [kcal]	1974.1
Wartość energetyczna [kJ]	8314.7	Wartość energetyczna [kJ]	8314.7
Białko [g]	92.2	Białko [g]	92.2
Tłuszcz [g]	50.8	Tłuszcz [g]	50.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.1
Węglowodany ogółem [g]	298.56	Węglowodany ogółem [g]	298.56
Cukry [g]	75.57	Cukry [g]	75.57
Błonnik pokarmowy [g]	23.32	Błonnik pokarmowy [g]	23.32
Sól [g]	4.56	Sól [g]	4.56

--	--

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.