

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.09.2024r. (czwartek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica sopocka wieprz. 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220 ml, rzodkiewka 100 g
Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,9), kotlet mielony drobiowy smażony 100g, buraczki z cebulką 130g, ziemniaki got. 250g, kompot wiśniowy 220ml
Podwieczorek: nektarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), roszponka 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), polędwica sopocka wieprz. 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa b/c 220 ml, rzodkiewka 100 g
Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,9), pulpet gotowany drobiowy 100g, buraki z cebulką 130g , ziemniaki got. 250g, sos pietruszkowy 100g (1), kompot wiśniowy b/c 220ml
Podwieczorek: nektarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), roszponka 50g, herbata czarna b/c 220ml,
II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare ziołowy 20g (7), roszponka 50g, herbata czarna b/c 220ml

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

Śniadanie: polędwica sopocka wieprz. 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa b/c 220 ml, pomidor 100 g
Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,9), pulpet gotowany drobiowy 100g, buraki na ciepło 130g , ziemniaki got. 250g, sos pietruszkowy 100g (1), kompot wiśniowy b/c 220ml,
Podwieczorek: mus owocowy 1 szt. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), roszponka 50g, herbata czarna b/c 220ml,
II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare ziołowy 20g (7), roszponka 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: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica sopocka wieprz. 60g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220 ml, pomidor g
Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,9), pulpet gotowany drobiowy 100g, buraki na ciepło 130g , ziemniaki got. 250g, sos pietruszkowy 100g (1), kompot wiśniowy b/c 220ml,
Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 150g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), roszponka 50g, herbata czarna 220ml,
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica sopocka wieprz. 100g (6), serek deliser 17g (7), herbata poziomkowa 220 ml, pomidor 100g
Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,9), pulpet gotowany drobiowy 100g, buraki na ciepło 130g , ziemniaki got. 250g, sos pietruszkowy 100g (1) kompot wiśniowy b/c 220ml,
Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 150g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: płatki owsiane na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica sopocka wieprz. 80g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220 ml, pomidor 100 g
Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,9), pulpet gotowany drobiowy 100g, buraki na ciepło 130g, ziemniaki got. 250g, sos pietruszkowy 100g (1) kompot wiśniowy b/c 220ml,
Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 150g
Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,
Posilek dodatkowy: mus owocowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7), B/M- płatki owsiane na wodzie 400ml (1), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 1 szt. 200g (7), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220 ml, rzodkiewka 100 g
Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,9), sos pietruszkowy z ciecierzycą (sos 100g, ciecierzycyca 100g) (1), buraczki z cebulką 130g, ziemniaki got. 250g, kompot wiśniowy 220ml
Podwieczorek: nektarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 2 szt (3), roszponka 30g, herbata czarna 220ml,
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g(7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 19.09.2024r.

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]	1925	Wartość energetyczna [kcal]	1990.5
Wartość energetyczna [kJ]	8082.2	Wartość energetyczna [kJ]	8371.1
Białko [g]	76.7	Białko [g]	82.9
Tłuszcz [g]	72.5	Tłuszcz [g]	64.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.2
Węglowodany ogółem [g]	249.9	Węglowodany ogółem [g]	277.58
Cukry [g]	53.96	Cukry [g]	68.09
Błonnik pokarmowy [g]	17.18	Błonnik pokarmowy [g]	16.14
Sól [g]	4.62	Sól [g]	4.65
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1923.2	Wartość energetyczna [kcal]	2083.8
Wartość energetyczna [kJ]	8082.7	Wartość energetyczna [kJ]	8762.2
Białko [g]	80.4	Białko [g]	95.9
Tłuszcz [g]	66.7	Tłuszcz [g]	69
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.8
Węglowodany ogółem [g]	257.81	Węglowodany ogółem [g]	277.76
Cukry [g]	40.71	Cukry [g]	68.27
Błonnik pokarmowy [g]	15	Błonnik pokarmowy [g]	16.14
Sól [g]	4.92	Sól [g]	6.24
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]	1923.2	Wartość energetyczna [kcal]	1929.1
Wartość energetyczna [kJ]	8082.7	Wartość energetyczna [kJ]	8127.2
Białko [g]	80.4	Białko [g]	78.4
Tłuszcz [g]	66.7	Tłuszcz [g]	50.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	22.1
Węglowodany ogółem [g]	257.81	Węglowodany ogółem [g]	299.24
Cukry [g]	40.71	Cukry [g]	59.34
Błonnik pokarmowy [g]	15	Błonnik pokarmowy [g]	17.12
Sól [g]	4.92	Sól [g]	4.23
DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1923.2	Wartość energetyczna [kcal]	2140.7
Wartość energetyczna [kJ]	8082.7	Wartość energetyczna [kJ]	9001.4
Białko [g]	80.4	Białko [g]	83.6
Tłuszcz [g]	66.7	Tłuszcz [g]	70.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.4
Węglowodany ogółem [g]	257.81	Węglowodany ogółem [g]	301.58
Cukry [g]	40.71	Cukry [g]	57.41
Błonnik pokarmowy [g]	15	Błonnik pokarmowy [g]	17.49
Sól [g]	4.92	Sól [g]	3.44

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.