

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.01.2025r. (środa)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1,3,7), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka got. wieprz. 60g (1,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g

Obiad: Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (9), kasza jęczmienna 200g (1), pulpet drobiowy 100g (1,3) sos pieczarkowy 100g (1,7), surówka z marchewki z chrzanem 130g (12), kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150ml (7)

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

Śniadanie: masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), szynka got. wieprz. 60g (1,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, ogórek zielony 100g

Obiad: Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (9), kasza jęczmienna 200g (1), pulpet drobiowy 100g (1,3) sos pieczarkowy 100g (1,7), surówka z marchewki z chrzanem 130g(12) , kompot z jabłek b/c 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 50g (7), sałata 30g, 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), szynka got. wieprz. 60g (1,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220ml, sałata strzep. 30g 3 listki

Obiad: Zupa ziemniaczanka 400 ml (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), pulpet drobiowy 100g (1,3) sos pomidorowy 100g (1), brokuł got. 130g, kompot z jabłek b/c 220ml

Podwieczorek: mus owocowy 100g 1 szt.

Kolacja: masło 15g% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka,brokuł) 100g (9), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

II Kolacja: masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), twaróg półtłusty 50g (7), sałata 30g, 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: makaron na mleku 400 ml (1,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprz. 60g (1,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, sałata strzep. 30g 3 listki

Obiad: Zupa ziemniaczanka 400 ml (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), pulpet drobiowy 100g (1,3), sos pomidorowy 100g (1), brokuł got. 130g, kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150ml (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1,7), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprz. 100g (1,10), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, sałata strzep. 30g 3 listki

Obiad: Zupa ziemniaczanka 400 ml (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), pulpet drobiowy 200g (1,3) sos pomidorowy 100g (1), brokuł got. 130g, kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 200g (9), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150ml (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: makaron na wodzie 400g (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprz. 60g (1,10), dżem porzeczkowy 25g 1 szt. herbata poziomkowa 220 ml, sałata strzep. 30g 3 listki

Obiad: Zupa ziemniaczanka bez zabielenia 400 ml (1,9), kasza jęczmienna 200g (1), pulpet drobiowy 100g (1,3) sos pomidorowy 100g (1), brokuł got. 130g, kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta z mięsa wieprzowego i warzyw 100g (9), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: makaron na mleku 400 ml (1,7), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), twaróg półtł. 70g (7), dżem porzeczkowy 50g 2 szt., herbata poziomkowa 220ml, ogórek zielony 100g

Obiad: Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (9), kasza jęczmienna 200g (1), jajko gotowane 100g 2 szt. (3), sos pieczarkowy 100g (1,7), surówka z marchewki z chrzanem (12) 130g, kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z tuńczyka i warzyw (marchew, seler, pietruszka,brokuł) 100g (4,9), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Jogurt owocowy 150ml (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 22.01.2025r.

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]	2221.3	Wartość energetyczna [kcal]	2321.7
Wartość energetyczna [kJ]	9329.5	Wartość energetyczna [kJ]	9744.9
Białko [g]	83.2	Białko [g]	83.9
Tłuszcz [g]	80.3	Tłuszcz [g]	90.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.4
Węglowodany ogółem [g]	302.37	Węglowodany ogółem [g]	301.97
Cukry [g]	76.04	Cukry [g]	66.77
Błonnik pokarmowy [g]	21.88	Błonnik pokarmowy [g]	18.56
Sól [g]	3.64	Sól [g]	3.45
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa) [9]	
		parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1962.5	Wartość energetyczna [kcal]	2475.2
Wartość energetyczna [kJ]	8240.6	Wartość energetyczna [kJ]	10386.3
Białko [g]	81.7	Białko [g]	105.5
Tłuszcz [g]	71.4	Tłuszcz [g]	99.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	48.5
Węglowodany ogółem [g]	259.11	Węglowodany ogółem [g]	298.41
Cukry [g]	37.89	Cukry [g]	58.73
Błonnik pokarmowy [g]	22.01	Błonnik pokarmowy [g]	18.11
Sól [g]	4.97	Sól [g]	4.45
ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]		DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]	
		parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2081.5	Wartość energetyczna [kcal]	2213.2
Wartość energetyczna [kJ]	8737.3	Wartość energetyczna [kJ]	9299.9
Białko [g]	82.9	Białko [g]	71.9
Tłuszcz [g]	78.7	Tłuszcz [g]	77.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	36.7
Węglowodany ogółem [g]	271.34	Węglowodany ogółem [g]	315.8
Cukry [g]	37.25	Cukry [g]	75.01
Błonnik pokarmowy [g]	22.1	Błonnik pokarmowy [g]	18.7
Sól [g]	5	Sól [g]	2.75
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
		parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2081.5	Wartość energetyczna [kcal]	2211.3
Wartość energetyczna [kJ]	8737.3	Wartość energetyczna [kJ]	9304.1
Białko [g]	82.9	Białko [g]	98.6
Tłuszcz [g]	78.7	Tłuszcz [g]	66.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.4
Węglowodany ogółem [g]	271.34	Węglowodany ogółem [g]	315.14
Cukry [g]	37.25	Cukry [g]	93.84
Błonnik pokarmowy [g]	22.1	Błonnik pokarmowy [g]	21.83
Sól [g]	5	Sól [g]	3.57

--	--

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 Żywnienia

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywnienia

*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.