

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.11.2024r. (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 naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g
Obiad: Krupnik 400 ml (1,9), ziemniaki got. 250g, gulasz węgierski z kielbasą wieprzową, ogórkiem kiszonym, pieczarkami i papryką 200g (1,6,10), kompot z aronii 220ml
Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), herbata malinowa 220ml, ogórek zielony 100g
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 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, gulasz węgierski z kielbasą wieprzową, ogórkiem kiszonym, pieczarkami i papryką 200g (1,6,10), kompot z aronii b/c 220ml
Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), herbata malinowa b/c 220ml, ogórek zielony 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
II śniadanie: kefir naturalny 150g (7)
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki warzywne (marchew, seler, pietruszka, brokuł, kalafior) (1,9), kompot z aronii b/c 220ml
Podwieczorek: mus brzoskwiniowy 1 szt. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne50g, graham 50g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), 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 naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki warzywne (marchew, seler, pietruszka, brokuł, kalafior) 300g (1,9), kompot z aronii 220ml
Podwieczorek: mus brzoskwiniowy 1 szt. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 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 naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki warzywne (marchew, seler, pietruszka, brokuł, kalafior) 300g (1,9), kompot z aronii 220ml
Podwieczorek: mus brzoskwiniowy 1 szt. 100g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 100g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 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 80g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki warzywne (marchew, seler, pietruszka, brokuł, kalafior) 300g (1,9), kompot z aronii 220ml
Podwieczorek: mus brzoskwiniowy 1 szt. 100g
Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g(1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (6), 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 naturalny 50g 2 szt., herbata czarna 220ml, sałata 30g
Obiad: Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki warzywne (marchew, seler, pietruszka, brokuł, kalafior) (1,9), kompot z aronii 220ml
Podwieczorek: Mandarynka 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko got. 2 szt. 100g (3), ogórek zielony 100g, herbata malinowa 220ml
Posilek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 26.11.2024r.

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]	2136	Wartość energetyczna [kcal]	2273.7
Wartość energetyczna [kJ]	9001.6	Wartość energetyczna [kJ]	9574.4
Białko [g]	73.9	Białko [g]	69.4
Tłuszcz [g]	50.6	Tłuszcz [g]	63.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	24.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.9
Węglowodany ogółem [g]	359.48	Węglowodany ogółem [g]	367
Cukry [g]	82.8	Cukry [g]	113.47
Błonnik pokarmowy [g]	26.91	Błonnik pokarmowy [g]	20.24
Sól [g]	3.39	Sól [g]	3.5
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa)[9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2010.1	Wartość energetyczna [kcal]	2444.4
Wartość energetyczna [kJ]	8247	Wartość energetyczna [kJ]	10286.4
Białko [g]	60.5	Białko [g]	96
Tłuszcz [g]	54.2	Tłuszcz [g]	73.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.2	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.7
Węglowodany ogółem [g]	308.14	Węglowodany ogółem [g]	359.06
Cukry [g]	80.16	Cukry [g]	119.3
Błonnik pokarmowy [g]	16.48	Błonnik pokarmowy [g]	20.3
Sól [g]	3.39	Sól [g]	5.47
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]	2013.5	Wartość energetyczna [kcal]	2077.9
Wartość energetyczna [kJ]	8474.9	Wartość energetyczna [kJ]	8756.9
Białko [g]	68.4	Białko [g]	56.3
Tłuszcz [g]	59.1	Tłuszcz [g]	52.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25
Węglowodany ogółem [g]	310.63	Węglowodany ogółem [g]	352.01
Cukry [g]	77.65	Cukry [g]	124.33
Błonnik pokarmowy [g]	17.43	Błonnik pokarmowy [g]	15.97
Sól [g]	4.26	Sól [g]	3.04
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2013.5	Wartość energetyczna [kcal]	2171.8
Wartość energetyczna [kJ]	8474.9	Wartość energetyczna [kJ]	9142.7
Białko [g]	68.4	Białko [g]	65
Tłuszcz [g]	59.1	Tłuszcz [g]	62.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.4
Węglowodany ogółem [g]	310.63	Węglowodany ogółem [g]	357.4
Cukry [g]	77.65	Cukry [g]	128.06
Błonnik pokarmowy [g]	17.43	Błonnik pokarmowy [g]	19.45
Sól [g]	4.26	Sól [g]	1.94

--	--

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 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.