

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.11.2024r. (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), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa krakowska 60g (6), serek deliser 17g 1 szt.(7), herbata porzeczkowa 220ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got 250g (1), pieczeń wieprzowa duszona z w sosie własnym 200 g (mięso 100g + sos 100g) (1), surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, ogórkiem kiszonym i olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet drobiowy 80g (1,3,6,7,9,10) herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek marchwiowy 200ml

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

Śniadanie: masło tł. 82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa krakowska 60g (6), serek deliser 17g 1 szt., (7), herbata porzeczkowa 220ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got 250g (1), pieczeń wieprzowa duszona z w sosie własnym 200 g (mięso 100g + sos 100g) (1), surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, ogórkiem kiszonym i olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy b/c 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet drobiowy 80g (1,3,6,7,9,10), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek wiejski 200g 1 szt.(7), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

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

Śniadanie: masło 82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa krakowska 60g(6), serek deliser 17g 1 szt.(7), herbata porzeczkowa b/c 220ml, sałata strzypiasta 30g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany 100g, sos pietruszkowy 100g (1), marchew tarta z selerem sparzona (9), kompot wiśniowy b/c 220 ml

Podwieczorek: mus owocowy 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), pasztet drobiowy 80g (1,3,6,7,9,10), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek wiejski 200g 1 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), kiełbasa krakowska 60g(6), serek deliser 17g (7), herbata porzeczkowa 220ml, sałata strzypiasta 30g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany 100g, sos pietruszkowy 100g(1), marchew tarta z selerem sparzona (9), kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: banan 1 szt / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasztet drobiowy 80g (1,3,6,7,9,10), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek marchwiowy 200ml

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), kiełbasa krakowska 100g (6), serek deliser 17g (7), herbata porzeczkowa 220ml, sałata strzypiasta 30g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany 200g, sos pietruszkowy 100g(1), marchew tarta z selerem sparzona (9), kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: banan 1 szt / ok. 100g

Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), pasztet drobiowy 80g (1,3,6,7,9,10), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek marchwiowy 200ml

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza manna na wodzie 400ml(1), margaryna roślinna 820% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa krakowska 80g(6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata porzeczkowa 220ml, sałata strzypiasta 30g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem bez zabielenia 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, schab gotowany 100g, sos pietruszkowy 100g(1), marchew tarta z selerem sparzona (9), kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: banan 1 szt / ok. 100g

Kolacja: margaryna roślinna 820% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g(1,6), pasztet drobiowy 80g (1,3,6,9,10), herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek marchwiowy 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), miód naturalny 25g 1 szt., serek deliser 34g 2 szt.(7), herbata porzeczkowa 220ml, ogórek kiszony 100g

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got 250g (1), jajko gotowane 100g 2 szt. (3), sos pietruszkowy 100g (1), surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130g, kompot wiśniowy 220ml

Podwieczorek: gruszka 1 szt. / ok. 100g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g 1 szt (7), dżem czarna porzeczkowa 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, pomidor 100g

Posilek dodatkowy: soczek marchwiowy 200ml

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 27.11.2024 r.

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]	2203.4	Wartość energetyczna [kcal]	2236.2
Wartość energetyczna [kJ]	9238.1	Wartość energetyczna [kJ]	9378.8
Białko [g]	97.1	Białko [g]	98.8
Tłuszcz [g]	94.2	Tłuszcz [g]	93.7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.7
Węglowodany ogółem [g]	250.14	Węglowodany ogółem [g]	257.58
Cukry [g]	44.31	Cukry [g]	48.26
Błonnik pokarmowy [g]	17.1	Błonnik pokarmowy [g]	16.43
Sól [g]	8.98	Sól [g]	7.45
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2259	Wartość energetyczna [kcal]	2590.1
Wartość energetyczna [kJ]	9472.7	Wartość energetyczna [kJ]	10843.8
Białko [g]	95.4	Białko [g]	124.3
Tłuszcz [g]	96.1	Tłuszcz [g]	124.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	55.3
Węglowodany ogółem [g]	261.04	Węglowodany ogółem [g]	251.99
Cukry [g]	35.69	Cukry [g]	44.61
Błonnik pokarmowy [g]	16.03	Błonnik pokarmowy [g]	17.72
Sól [g]	9.26	Sól [g]	11.24
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]	2203.4	Wartość energetyczna [kcal]	2077.2
Wartość energetyczna [kJ]	9238.1	Wartość energetyczna [kJ]	8711.9
Białko [g]	97.1	Białko [g]	81.5
Tłuszcz [g]	94.2	Tłuszcz [g]	85.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	38.7
Węglowodany ogółem [g]	250.14	Węglowodany ogółem [g]	254.77
Cukry [g]	35.31	Cukry [g]	43.21
Błonnik pokarmowy [g]	17.1	Błonnik pokarmowy [g]	18.66
Sól [g]	8.98	Sól [g]	8.01
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2203.4	Wartość energetyczna [kcal]	2063.8
Wartość energetyczna [kJ]	9238.1	Wartość energetyczna [kJ]	8663.9
Białko [g]	97.1	Białko [g]	86.8
Tłuszcz [g]	94.2	Tłuszcz [g]	79.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	45
Węglowodany ogółem [g]	250.14	Węglowodany ogółem [g]	258.26
Cukry [g]	35.31	Cukry [g]	49.7
Błonnik pokarmowy [g]	17.1	Błonnik pokarmowy [g]	16.22
Sól [g]	8.98	Sól [g]	7.58

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 i Starszego Referenta Działu Żywności

Jadłospis zatwierdzony przez Kierownika Działu Żywności

*Szczegółowa LEGENDA SUBSTANCJI LUB PRODUKTÓW
POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI*

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.