

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.08.2024r. (czwartek)

DIETA PODSTAWOWA [1]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220 ml, papryka 100g
Obiad: Zupa brokułowa ziemniakami (1,7,9), ryż got. 200g (1), pulpet mielony drobiowy 100g (1,3), sos z cukinii i marchewki 130g (1), kompot z jabłek 220 ml
Podwieczorek: śliwka 1 szt.
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka got. wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (7)

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220 ml, papryka 100g
II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)
Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami (1,7,9), ryż got. 200g (1), pulpet mielony drobiowy 100g (1,3), sos z cukinii i marchewki 130g (1), kompot z jabłek b/c 220 ml
Podwieczorek: śliwka 1 szt.
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka got. wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,
II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica drobiowa miodowa 40g (6), sałata 30g, herbata czarna b/c 220ml

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata poziomkowa b/c 220 ml, sałata zielona 30g
II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)
Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż got. 200g (1), pulpet mielony drobiowy 100g (1,3), sos z cukinii i marchewki 130g (1), kompot z jabłek b/c 220 ml
Podwieczorek: mus owocowy 1 szt.
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka got. wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,
II Kolacja: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), polędwica drobiowa miodowa 40g (6), 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: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220 ml, sałata 30g
Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż got. 200g, pulpet mielony drobiowy 100g (1,3), sos z cukinii i marchewki 130g (1), kompot wiśniowy 220 ml
Podwieczorek: mus owocowy 1 szt.
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6) szynka got. wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 100g (6), serek tartare 20g 1 szt. (7), herbata poziomkowa 220 ml, sałata zielona 30g
Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż got. 200g (1), pulpet mielony drobiowy 200g (1,3), sos z cukinii i marchewki 130g (1), kompot z jabłek 220 ml
Podwieczorek: mus owocowy 1 szt.
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie 400ml (7), margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata poziomkowa 220 ml, sałata zielona 30g
Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,9), ryż got. 200g (1), pulpet mielony drobiowy 100g (1,3), sos z cukinii i marchewki 130g (1), kompot z jabłek 220 ml
Podwieczorek: mus owocowy 1 szt.
Kolacja: margaryna roślinna 80% 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka got. wieprzowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Posilek dodatkowy: soczek multiwitamina 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), jajko gotowane 100g 2 szt. (3), herbata poziomkowa 220 ml, papryka 100g
Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż got. 200g (1), sos z cukinii i marchewki z ciecierzycą 200g (1), kompot z jabłek 220 ml
Podwieczorek: śliwka 1 szt.
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata poziomkowa 220ml
Posilek dodatkowy: Kefir naturalny 150ml (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 08.08.2024r.

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]	2105.5	Wartość energetyczna [kcal]	2088.2
Wartość energetyczna [kJ]	8858.5	Wartość energetyczna [kJ]	8771.5
Białko [g]	81.9	Białko [g]	72.1
Tłuszcz [g]	59.4	Tłuszcz [g]	72.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.1
Węglowodany ogółem [g]	326.68	Węglowodany ogółem [g]	300.15
Cukry [g]	54.6	Cukry [g]	63.28
Błonnik pokarmowy [g]	31.83	Błonnik pokarmowy [g]	25.99
Sól [g]	4.34	Sól [g]	4.53
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIĄLKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2083.7	Wartość energetyczna [kcal]	2331.5
Wartość energetyczna [kJ]	8763.1	Wartość energetyczna [kJ]	9783.9
Białko [g]	82.8	Białko [g]	90.5
Tłuszcz [g]	62.6	Tłuszcz [g]	88.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	29.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.1
Węglowodany ogółem [g]	311.55	Węglowodany ogółem [g]	28.8
Cukry [g]	41.38	Cukry [g]	306.16
Błonnik pokarmowy [g]	29.07	Błonnik pokarmowy [g]	66.14
Sól [g]	4.8	Sól [g]	27.83
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]	1975.1	Wartość energetyczna [kcal]	2091.6
Wartość energetyczna [kJ]	8284.3	Wartość energetyczna [kJ]	8798.9
Białko [g]	73.2	Białko [g]	65.9
Tłuszcz [g]	78.7	Tłuszcz [g]	61.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25
Węglowodany ogółem [g]	255.03	Węglowodany ogółem [g]	330.73
Cukry [g]	36.97	Cukry [g]	55.4
Błonnik pokarmowy [g]	23.38	Błonnik pokarmowy [g]	26.23
Sól [g]	5.05	Sól [g]	4.04
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2153.1
		Wartość energetyczna [kJ]	9055.7
		Białko [g]	55.5
		Tłuszcz [g]	68.4
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.2
		Węglowodany ogółem [g]	338.23
		Cukry [g]	60.54
		Błonnik pokarmowy [g]	19.08
		Sól [g]	2.32

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 glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);
 - b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);
 - c) syropów glukozowych 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.