

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.09.2024r. (wtorek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,3,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g (7), rzodkiewka 100g, herbata czarna 220ml,
Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1,7,9), bigos z kiszzonej kapusty i kiełbasy zwyczajnej 300g (6,10), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), kompot z aronii 220ml
Podwieczorek: Banan 1 szt./ ok. 150g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka jarzynowa 120g (3,9,10,12), herbata malinowa 220ml, rukola 30g
Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiniowy 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 miodowa drobiowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g (7), rzodkiewka 100g, herbata czarna b/c 220ml
II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)
Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1,7,9), bigos z kiszzonej kapusty i kiełbasy zwyczajnej 300g (6,10), chleb graham 50g(1), kompot z aronii b/c 220ml
Podwieczorek: śliwka 1 szt. ok. 150g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka jarzynowa 120g (3,9,10,12), herbata malinowa b/c 220ml, rukola 30g
II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka pierś pieczona z indyka 40g (6), sałata 30g, herbata malinowa b/c 220ml

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

Śniadanie: masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g (7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml
II śniadanie: Kefir naturalny 150ml (7)
Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g (1), kompot z aronii b/c 220ml
Podwieczorek: mus owocowy 1 szt. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g(1), sałatka jarzynowa 120g (3,9), herbata malinowa b/c 220ml, rukola 30g
II Kolacja CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka pierś pieczona z indyka 40g (6), sałata 30g, 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: kasza manna na mleku 400ml (1,3,7), B/M-kasza manna na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,
Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g (1), kompot z aronii 220ml
Podwieczorek: Banan 1 szt./ ok. 150g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), sałatka jarzynowa 120g (3,9), herbata malinowa 220ml, rukola 30g
Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiniowy 150g (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,3,7), B/M-kasza manna na wodzie 400ml(1,3), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa drobiowa 100g (6), serek tartare ziołowy 20g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g (1), kompot z aronii 220 ml, jogurt naturalny 150g (7)
Podwieczorek: Banan 1 szt./ ok. 150g
Kolacja: masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g(1,6), sałatka jarzynowa 120g (3,9), herbata malinowa 220ml, rukola 30g
Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiniowy 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza manna na wodzie 400ml(1,3), margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica miodowa drobiowa 60g (6), miód naturalny 25g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml,
Obiad: Zupa koperkowa z makaronem bez zabielenia 400g (1,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g (1), kompot z aronii 220 ml
Podwieczorek: Banan 1 szt./ ok. 150g
Kolacja: margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne 100g (1,6), sałatka jarzynowa 120g (3,9), herbata malinowa 220ml, rukola 30g
Posilek dodatkowy: mus brzoskwiniowy 100g

DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]

Śniadanie: kasza manna na mleku 400ml (1,3,7), B/M- kasza manna na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), miód naturalny 50g 2 szt., serek tartare ziołowy 40g 2 szt (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml
Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 400g (1,7,9), ryż z jabłkiem duszonym i cynamonem 300g (1), kompot z aronii 220ml
Podwieczorek: Banan 1 szt./ ok. 150g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), sałatka jarzynowa 120g (3,9,10,12) herbata malinowa 220ml, rukola 30g
Posilek dodatkowy: jogurt brzoskwiniowy 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 03.09.2024r.

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]	2159.8	Wartość energetyczna [kcal]	2231.5
Wartość energetyczna [kJ]	9066.5	Wartość energetyczna [kJ]	9383.7
Białko [g]	79.1	Białko [g]	74.7
Tłuszcz [g]	81.4	Tłuszcz [g]	71.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28.8
Węglowodany ogółem [g]	288.5	Węglowodany ogółem [g]	332.62
Cukry [g]	63.77	Cukry [g]	99
Błonnik pokarmowy [g]	22.09	Błonnik pokarmowy [g]	21.43
Sól [g]	3.88	Sól [g]	2.59
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2026.5	Wartość energetyczna [kcal]	2275.4
Wartość energetyczna [kJ]	8501.2	Wartość energetyczna [kJ]	9572.1
Białko [g]	79.8	Białko [g]	79.1
Tłuszcz [g]	80.8	Tłuszcz [g]	71.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.8
Węglowodany ogółem [g]	255.45	Węglowodany ogółem [g]	338.11
Cukry [g]	37.95	Cukry [g]	107.08
Błonnik pokarmowy [g]	21.08	Błonnik pokarmowy [g]	18.2
Sól [g]	4.44	Sól [g]	3.12
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]	1863.4	Wartość energetyczna [kcal]	1846.8
Wartość energetyczna [kJ]	7852.2	Wartość energetyczna [kJ]	7779.6
Białko [g]	70.7	Białko [g]	75
Tłuszcz [g]	47.4	Tłuszcz [g]	49.6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	24.6	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	14.3
Węglowodany ogółem [g]	296.2	Węglowodany ogółem [g]	282.17
Cukry [g]	61.91	Cukry [g]	29.41
Błonnik pokarmowy [g]	15.94	Błonnik pokarmowy [g]	14.47
Sól [g]	3.13	Sól [g]	3.75
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]		Wartość energetyczna [kcal]	2132.6
Wartość energetyczna [kJ]		Wartość energetyczna [kJ]	8984.2
Białko [g]		Białko [g]	52.1
Tłuszcz [g]		Tłuszcz [g]	55.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25.2
Węglowodany ogółem [g]		Węglowodany ogółem [g]	366.43
Cukry [g]		Cukry [g]	96.03
Błonnik pokarmowy [g]		Błonnik pokarmowy [g]	20.23
Sól [g]		Sól [g]	2.54

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.