

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2024r. (sobota)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: zacierka na mleku na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na mleku na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g
Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż gotowany 200g, potrawka z kurczaka 180g (kapusta kiszona, groszek konserwowy, marchewka seler, pietruszka) (1,9), kompot z jabłek 220ml
Podwieczorek : bułka drożdżowa 200g (1,3,7)
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), papryka 100g, herbata porzeczkowa 220ml,
Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 200ml

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

Śniadanie: masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka gotowana wieprzowa wieprzowa 60g (6), tartare 20g 1 szt.(7), herbata czarna b/c 220 ml, sałata 30g
II śniadanie: jogurt naturalny 150 g (7)
Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż pełnoziarnisty gotowany 200g, potrawka z kurczaka 180g (kapusta kiszona, groszek konserwowy, marchewka seler, pietruszka) (1,9), kompot z jabłek b/c 220ml
Podwieczorek : Brzoskwinia 1 szt. / ok. 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), papryka 100g, herbata porzeczkowa b/c 220ml
II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), papryka 50g, 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), szynka gotowana wieprzowa wieprzowa 60g (6), tartare 20g 1 szt.(7), herbata czarna b/c 220 ml, sałata 30g
II śniadanie: jogurt naturalny 150 g (7)
Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż gotowany 200g, potrawka z kurczaka 180g (marchewka seler, pietruszka, cukinia) (1,9), kompot z jabłek b/c 220ml
Podwieczorek : Mus owocowy 100g
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata porzeczkowa b/c 220ml
II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), pomidor 50g, herbata porzeczkowa b/c 220ml

DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]

Śniadanie: zacierka na mleku na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na mleku na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g
Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż gotowany 200g, potrawka z kurczaka 180g (marchewka seler, pietruszka, cukinia) (1,9), kompot z jabłek 220ml
Podwieczorek : bułka drożdżowa 200g (1,3,7)
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml
Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 200ml

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: zacierka na mleku na mleku 400ml (1,3,7), B/M- zacierka na mleku na wodzie 400ml (1,3), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka gotowana wieprzowa 100g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g
Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż gotowany 200g, potrawka z kurczaka 180g (marchewka seler, pietruszka, cukinia) (1,9), kompot z jabłek 220ml
Podwieczorek : bułka drożdżowa 200g (1,3,7)
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml
Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 200ml

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: zacierka na mleku na wodzie 400ml (3), margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka gotowana wieprzowa 60g (6), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g
Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,9), ryż gotowany 200g, potrawka z kurczaka 180g (marchewka seler, pietruszka, cukinia) (1,9), kompot z jabłek 220ml
Podwieczorek: Mus brzoskwiński 100g
Kolacja: margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pasztet pieczony drobiowy 60g (6), pomidor 100g, herbata porzeczkowa 220ml,
Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 200ml

DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

Śniadanie: zacierka na mleku na mleku 400ml (1,3,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek fromage 80g (7), miód naturalny 25g 1 szt, herbata czarna 220 ml, sałata 30g
Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż gotowany 200g, potrawka warzywna z fasolą czerwoną 180g (kapusta kiszona, groszek konserwowy, marchewka seler, pietruszka) (1,9), kompot z jabłek 220ml
Podwieczorek : bułka drożdżowa 200g (1,3,7)
Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), twaróg półtłusty 80g, papryka 100g, herbata porzeczkowa 220 ml
Posilek dodatkowy: soczek wieloowocowy 200ml

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 07.09.2024r.

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]	2471.3	Wartość energetyczna [kcal]	2448.6
Wartość energetyczna [kJ]	10393.6	Wartość energetyczna [kJ]	10297.2
Białko [g]	92.8	Białko [g]	92.8
Tłuszcz [g]	82.5	Tłuszcz [g]	82.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.1	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37
Węglowodany ogółem [g]	345.56	Węglowodany ogółem [g]	340.8
Cukry [g]	65	Cukry [g]	54.67
Błonnik pokarmowy [g]	12.49	Błonnik pokarmowy [g]	13.45
Sól [g]	4.03	Sól [g]	4.04
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2116.3	Wartość energetyczna [kcal]	2544.4
Wartość energetyczna [kJ]	8870.8	Wartość energetyczna [kJ]	10695.3
Białko [g]	80.5	Białko [g]	99
Tłuszcz [g]	90.4	Tłuszcz [g]	89.2
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.9	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.4
Węglowodany ogółem [g]	255.28	Węglowodany ogółem [g]	343.41
Cukry [g]	32.48	Cukry [g]	56.54
Błonnik pokarmowy [g]	20.64	Błonnik pokarmowy [g]	14.17
Sól [g]	4.92	Sól [g]	4.8
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]	2176	Wartość energetyczna [kcal]	1919.9
Wartość energetyczna [kJ]	9127.4	Wartość energetyczna [kJ]	8066.5
Białko [g]	81	Białko [g]	71.1
Tłuszcz [g]	89.9	Tłuszcz [g]	68.5
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.7	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	30.5
Węglowodany ogółem [g]	268.96	Węglowodany ogółem [g]	262.27
Cukry [g]	24.27	Cukry [g]	31.6
Błonnik pokarmowy [g]	16.74	Błonnik pokarmowy [g]	15.25
Sól [g]	4.93	Sól [g]	4.06
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2435
		Wartość energetyczna [kJ]	10243.1
		Białko [g]	81.7
		Tłuszcz [g]	79.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	46.9
		Węglowodany ogółem [g]	353.61
		Cukry [g]	62.51
		Błonnik pokarmowy [g]	12.04
		Sól [g]	3.1

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.