

# JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.09.2024r. (niedziela)

## 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), polędwica drobiowa 60g (6), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, ogórek kiszony 100g

**Obiad:** Rosół z makaronem (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g, sos pomidorowy 100g (1), surówka z czerwonej kapusty 130g (1 fasolka szparagowa gotowana 130g ), kompot wiśniowy 220ml

**Podwieczorek:** Sliwka 1 szt. / ok. 100g

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** Mus wieloowocowy 100g

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

**Śniadanie:** masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), polędwica drobiowa 60g (6), serek fromage 40g 1/2 szt. (7), herbata malinowa b/c 220 ml, ogórek kiszony 100g

**II śniadanie:** kefir naturalny 150g (7)

**Obiad:** Rosół z makaronem (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g, sos pomidorowy 100g (1), surówka z czerwonej kapusty 130g (1), kompot wiśniowy b/c 220ml

**Podwieczorek:** Sliwka 1 szt. / ok. 100g

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,

**II Kolacja CUKRZ:** masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), ser twarogowy półtłusty 50g (7), pomidor 50g, herbata czarna 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 drobiowa 60g (6), serek tartare 1 szt. (7), herbata malinowa b/c220 ml, rozspanka 30g

**II śniadanie:** kefir naturalny 150g (7)

**Obiad:** Rosół z makaronem (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g (1,3), sos pomidorowy 100g (1), fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot wiśniowy b/c 220ml

**Podwieczorek:** Banan 1 szt. / ok 150g

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), kiełbasa szynkowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,

**II Kolacja CUKRZ:** masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), ser twarogowy półtłusty 50g (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), polędwica drobiowa 60g (6), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, rozspanka 30g

**Obiad:** Rosół z makaronem (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g (1,3), sos pomidorowy 100g (1), fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot wiśniowy 220ml

**Podwieczorek:** Banan 1 szt. / ok 150g

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6) kiełbasa szynkowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** Mus wieloowocowy 100g

## 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), polędwica drobiowa 100g (6), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, rozspanka 30g

**Obiad:** Rosół z makaronem (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 200g (1,3), sos pomidorowy 100g (1), fasolka szparagowa gotowana 130g, kompot wiśniowy 220ml

**Podwieczorek:** Banan 1 szt. / ok 150g

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa 100g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** Mus wieloowocowy 100g

## DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

**Śniadanie:** kasza manna na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), polędwica drobiowa 60g (6), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, rozspanka 30g

**Obiad:** Zupa pomidorowa z makaronem bez zabielenia (1,9), ziemniaki gotowane 250g, pulpet drobiowy gotowany 100g (1,3), sos pomidorowy 100g (1), fasolka szparagowa gotowana 130g , kompot wiśniowy 220ml

**Podwieczorek:** Banan 1 szt. / ok 150g

**Kolacja:** margaryna roślinna 80%tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), kiełbasa szynkowa 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,

**Posilek dodatkowy:** Mus wieloowocowy 100g

## DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

**Śniadanie:** kasza manna na mleku 400ml (1,7), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220 ml, ogórek kiszony 100g

**Obiad:** Rosół z makaronem (1,3,9), ziemniaki gotowane 250g, jajko gotowane 50g 2 szt. (3), sos pomidorowy 100g (1), surówka z czerwonej kapusty 130g (1) , kompot wiśniowy 220ml

**Podwieczorek:** Sliwka 1 szt. / ok. 100g

**Kolacja:** masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta z twarogu i rzodkiewki 100g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** Mus wieloowocowy 100g

## Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 08.09.2024r.

<b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b>		<b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	1936.3	Wartość energetyczna [kcal]	2001.6
Wartość energetyczna [kJ]	8148	Wartość energetyczna [kJ]	8428.4
Białko [g]	82.1	Białko [g]	83.4
Tłuszcz [g]	58.5	Tłuszcz [g]	55.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.6
Węglowodany ogółem [g]	278.4	Węglowodany ogółem [g]	299.95
Cukry [g]	58.79	Cukry [g]	74.1
Błonnik pokarmowy [g]	16.43	Błonnik pokarmowy [g]	17.22
Sól [g]	4.62	Sól [g]	2.89
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]</b>		<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	1998.5	Wartość energetyczna [kcal]	2114.5
Wartość energetyczna [kJ]	8389.6	Wartość energetyczna [kJ]	8905.2
Białko [g]	94.5	Białko [g]	99.5
Tłuszcz [g]	77	Tłuszcz [g]	58.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.5	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	32.6
Węglowodany ogółem [g]	239.65	Węglowodany ogółem [g]	306.6
Cukry [g]	33.39	Cukry [g]	74.44
Błonnik pokarmowy [g]	15.84	Błonnik pokarmowy [g]	17.53
Sól [g]	6.32	Sól [g]	3.12
<b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]</b>		<b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	1844.8	Wartość energetyczna [kcal]	1931.3
Wartość energetyczna [kJ]	7755.6	Wartość energetyczna [kJ]	8133.4
Białko [g]	91.6	Białko [g]	77.5
Tłuszcz [g]	61.7	Tłuszcz [g]	52.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	27.8
Węglowodany ogółem [g]	238.49	Węglowodany ogółem [g]	295.01
Cukry [g]	26.13	Cukry [g]	67.75
Błonnik pokarmowy [g]	15.89	Błonnik pokarmowy [g]	17.42
Sól [g]	4.27	Sól [g]	2.7
		<b>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
		Wartość energetyczna [kcal]	1891.8
		Wartość energetyczna [kJ]	7959.5
		Białko [g]	88.8
		Tłuszcz [g]	57.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	23.9
		Węglowodany ogółem [g]	262.74
		Cukry [g]	61.66
		Błonnik pokarmowy [g]	17.35
		Sól [g]	1.85

*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 SO<sub>2</sub> 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.