

# JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.08.2024r. (wtorek)

## DIETA PODSTAWOWA[1]

**Śniadanie:** zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), B/M –zacierka na wodzie 400g (1,3), masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220ml, papryka 100g

**Obiad:** Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki z kapusty młodej, kiełbasą i mięsem wieprzową 300g (1,6,10), kompot porzeczkowy 220ml

**Podwieczorek:** banan 1 szt.

**Kolacja:** masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta sera białego ze szczypiorkiem 100g (ze śmietaną) (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,

**Posilek dodatkowy:** Mus brzoskwiniowy 100g

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

**Śniadanie:** masło tł.82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g (1), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa b/c 220ml, papryka 100g

**II śniadanie:** Jogurt naturalny 150 ml (7)

**Obiad:** Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki z kapusty młodej, kiełbasą i mięsem wieprzową 300g (1,6,10), kompot porzeczkowy b/c 220ml

**Podwieczorek:** mus owocowy 100g

**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, graham 50g(1), pasta sera białego ze szczypiorkiem 100g (7) (jogurt naturalny), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

**II Kolacja:** masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), polędwica miodowa 40g (6), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

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

**Śniadanie:** masło tł. 82%15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa b/c 220ml, sałata 30g

**II śniadanie:** Jogurt naturalny 150 ml (7)

**Obiad:** Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki warzywne (cukinia, brokuł, kalafior, włoszczyzna) 300g (1,3,9), kompot porzeczkowy b/c 220ml

**Podwieczorek:** mus owocowy 100g

**Kolacja:** masło 15g% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g, graham 50g(1), pasta sera białego z pietruszką (jogurt naturalny) 100g (3,7), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml

**II Kolacja:** masło 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g, chleb graham 25g (1), polędwica miodowa 40g (6), 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:** zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -makaron na wodzie 400g (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka konserwowa wieprzowa 60g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220 ml, sałata 30g

**Obiad:** Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki warzywne (cukinia, brokuł, kalafior, włoszczyzna) 300g (1,9), kompot porzeczkowy 220 ml

**Podwieczorek:** banan 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta sera białego z pietruszką 100g (jogurt naturalny) (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** Mus brzoskwiniowy 100g

## DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

**Śniadanie:** zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), B/M -makaron na wodzie 400g (1), masło tł.82%15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka konserwowa wieprzowa 100g (6), serek tartare ziołowy 20g 1 szt. (7), herbata malinowa 220 ml, sałata 30g

**Obiad:** Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki warzywne (cukinia, brokuł, kalafior, włoszczyzna) 300g (1,3,9), kompot porzeczkowy 220 ml, serek wiejski 200g (7)

**Podwieczorek:** banan 1 szt.

**Kolacja:** masło 82% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1,6), pasta sera białego z pietruszką (jogurt naturalny) 150g (3,7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** Mus brzoskwiniowy 100g

## DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

**Śniadanie:** zacierka na wodzie 400g (1), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), szynka konserwowa wieprzowa 80g (6), herbata malinowa 220 ml, sałata 30g

**Obiad:** Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki warzywne (cukinia, brokuł, kalafior, włoszczyzna) 300g (1,3,9), kompot porzeczkowy 220 ml

**Podwieczorek:** banan 1 szt.

**Kolacja:** margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne 100g(1,6), pasta z jajek i pietruszki 100g (jogurt naturalny) (3), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** Mus brzoskwiniowy 100g

## DIETA WEGETARIAŃSKA + ryba [1/WE]

**Śniadanie:** zacierka na mleku 400 ml (1,3,7), B/M –zacierka na wodzie 400g (1,3), masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200 g (7), dżem truskawkowy 25g 1 szt., herbata malinowa 220ml, papryka 100g

**Obiad:** Zupa krupnik 400 ml (1,9), łazanki warzywne (cukinia, brokuł, kalafior, włoszczyzna) 300 (1,3,9), kompot porzeczkowy 220 ml

**Podwieczorek:** banan 1 szt.

**Kolacja:** masło tł.82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pasta sera białego ze szczypiorkiem 100g (ze śmietaną) (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

**Posilek dodatkowy:** Mus brzoskwiniowy 100g

**Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 27.08.2024r.**

<b>DIETA PODSTAWOWA [1]</b>		<b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBPOBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO [4] (WRZODOWA), ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU [3] (WĄTROBOWA)</b>	
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>	<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
Wartość energetyczna [kcal]	1973	Wartość energetyczna [kcal]	2057.6
Wartość energetyczna [kJ]	8286.5	Wartość energetyczna [kJ]	8640.5
Białko [g]	90.2	Białko [g]	70.8
Tłuszcz [g]	72.2	Tłuszcz [g]	76.9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.4	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33
Węglowodany ogółem [g]	248.99	Węglowodany ogółem [g]	278.3
Cukry [g]	49.23	Cukry [g]	66.79
Błonnik pokarmowy [g]	16.86	Błonnik pokarmowy [g]	16.01
Sól [g]	4.21	Sól [g]	3.12
		<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA (wysokobiałkowa) [9]</b>	
		<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
		Wartość energetyczna [kcal]	2137.6
		Wartość energetyczna [kJ]	8990
		Białko [g]	103.7
		Tłuszcz [g]	69.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.4
		Węglowodany ogółem [g]	280.87
		Cukry [g]	68.53
		Błonnik pokarmowy [g]	14.94
		Sól [g]	5.12
		<b>DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]</b>	
		<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
		Wartość energetyczna [kcal]	1855.7
		Wartość energetyczna [kJ]	7807.1
		Białko [g]	57.4
		Tłuszcz [g]	57.7
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	15.1
		Węglowodany ogółem [g]	285.03
		Cukry [g]	67.21
		Błonnik pokarmowy [g]	15.58
		Sól [g]	2.96
		<b>DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]</b>	
		<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>
		Wartość energetyczna [kcal]	2018.5
		Wartość energetyczna [kJ]	8488.4
		Białko [g]	84.7
		Tłuszcz [g]	65.8
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	31.2
		Węglowodany ogółem [g]	279.76
		Cukry [g]	70.07
		Błonnik pokarmowy [g]	16.09
		Sól [g]	3.06
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) [6]</b>			
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>		
Wartość energetyczna [kcal]	1892		
Wartość energetyczna [kJ]	7938.8		
Białko [g]	79.2		
Tłuszcz [g]	76.4		
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	37.5		
Węglowodany ogółem [g]	228.61		
Cukry [g]	30.89		
Błonnik pokarmowy [g]	13.78		
Sól [g]	4.15		
<b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)/DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA) WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA [3/6]</b>			
<b>parametr</b>	<b>zawartość razem</b>		
Wartość energetyczna [kcal]	2057.6		
Wartość energetyczna [kJ]	8640.5		
Białko [g]	70.8		
Tłuszcz [g]	76.9		
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33		
Węglowodany ogółem [g]	278.3		
Cukry [g]	66.79		
Błonnik pokarmowy [g]	16.01		
Sól [g]	3.12		

--	--

*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.*