

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.08.2024r. (czwartek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa 220 ml, sałata zielona 30g

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna gotowana 200g (1), bitka wieprzowa w sosie własnym 200g (100g mięso + 100g sos) (1), surówka z kiszzonego ogórka z olejem rzepakowym 130g, kompot z jabłek 220 ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa gotowana 100g (6,10), musztarda 20g (10,12), pomidor 100g, herbata czarna 220ml,

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 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), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa b/c 220 ml, sałata zielona 30g

II śniadanie: Kefir naturalny 150g (7)

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna gotowana 200g (1), schab gotowany wieprzowy 100 g w sosie z marchwi i cukinii 50 g (1), surówka z kiszzonego ogórka z olejem rzepakowym 130g, kompot z jabłek b/c 220ml

Podwieczorek: Mus owocowy 100g 1 szt.

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa gotowana 100g (6,10), musztarda 20g (10,12), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka wieprzowa 40g (6), 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), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (6), herbata porzeczkowa b/c 220 ml, sałata zielona 30

II śniadanie: Kefir naturalny 150g (7)

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna gotowana 200g (1), schab gotowany wieprzowy 100g w sosie z marchwi i cukinii 130 g (1), kompot z jabłek b/c 220ml

Podwieczorek: Mus owocowy 100g 1 szt.

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), parówka drobiowa gotowana 100g (6,10), ketchup 20g, pomidor 100g, herbata czarna b/c 220ml,

II Kolacja CUKRZ: masło tł. 82% 5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), szynka wieprzowa 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: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 60g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa 220 ml, sałata zielona 30g

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna gotowana 200g (1), schab gotowany wieprzowy 100g w sosie z marchwi i cukinii 130 g (1), kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), parówka drobiowa gotowana 100g (6,10), ketchup 20g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 150g (7)

DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 400ml (), masło tł.82% 15g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 100g (6), serek deliser 17g 1 szt. (7), herbata porzeczkowa 220 ml, sałata zielona 30g

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna gotowana 200g (1), schab gotowany wieprzowy 200g w sosie z marchwi i cukinii 130 g (1), kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), parówka drobiowa gotowana 100g (6,10), ketchup 20g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 150g (7)

DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11/ML]

Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie 400ml (), margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), pierś pieczona z indyka 60g (6), dżem wiśniowy 25g 1 szt., herbata porzeczkowa 220 ml, sałata zielona 30g

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami bez zabielenia 400g (1,9), kasza jęczmienna gotowana 200g (1), schab gotowany wieprzowy 100g w sosie z marchwi i cukinii 130 g (1), kompot z jabłek 220ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. ok. 150g

Kolacja: margaryna roślinna 80% tł. 10g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1,6), parówka drobiowa gotowana 100g (6,10), ketchup 20g, pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: Mus owocowy 100g 1 szt.

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 got. 2 szt 100g (3), serek deliser 17g 1 szt. (6), herbata porzeczkowa 220 ml, sałata zielona 30g

Obiad: zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9), kasza jęczmienna gotowana 200g (1), fasola czerwona konserwowa 100g w sosie z marchwi i cukinii 130 g (1), surówka z konserwowego ogórka z olejem rzepakowym 130g, kompot z jabłek 220 ml

Podwieczorek: Banan 1 szt. ok. 150g

Kolacja: masło tł. 82% 15g (7), pieczywo żytnio-pszenne 50g(1), chleb graham 50g(1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata czarna 220ml

Posilek dodatkowy: jogurt kremowy 150g (7)

Wartość odżywcza jadłospisów z dnia 29.08.2024r.

DIETA PODSTAWOWA[1]		DIETY: LATWOSTRAWNA [2], LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS. POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA)[4] , LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA) [3]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	2186.1	Wartość energetyczna [kcal]	2040
Wartość energetyczna [kJ]	9169.9	Wartość energetyczna [kJ]	8574
Białko [g]	87.8	Białko [g]	89.2
Tłuszcz [g]	88.8	Tłuszcz [g]	69.3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	268.67	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	33.8
Węglowodany ogółem [g]	58.75	Węglowodany ogółem [g]	273.98
Cukry [g]	19.9	Cukry [g]	70.35
Błonnik pokarmowy [g]	6.9	Błonnik pokarmowy [g]	18.8
Sól [g]	5.36	Sól [g]	4.86
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6]		DIETA BOGATOBIAŁKOWA(wysokobiałkowa) [9]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
Wartość energetyczna [kcal]	1980.7	Wartość energetyczna [kcal]	2417.8
Wartość energetyczna [kJ]	8292.2	Wartość energetyczna [kJ]	10146.8
Białko [g]	76.8	Białko [g]	106.4
Tłuszcz [g]	94.5	Tłuszcz [g]	95.8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	39.3	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	41.8
Węglowodany ogółem [g]	213.22	Węglowodany ogółem [g]	291.6
Cukry [g]	25.17	Cukry [g]	78.02
Błonnik pokarmowy [g]	15.38	Błonnik pokarmowy [g]	18.69
Sól [g]	7.07	Sól [g]	5.74
LATWOSTRAWNA 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]	1949.3	Wartość energetyczna [kcal]	1906.1
Wartość energetyczna [kJ]	8180	Wartość energetyczna [kJ]	8017
Białko [g]	90.8	Białko [g]	72.8
Tłuszcz [g]	75	Tłuszcz [g]	59.1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	35.8	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	18.9
Węglowodany ogółem [g]	238.36	Węglowodany ogółem [g]	280.83
Cukry [g]	29	Cukry [g]	69.38
Błonnik pokarmowy [g]	21.43	Błonnik pokarmowy [g]	20.49
Sól [g]	4.56	Sól [g]	4.62
		DIETA WEGETARIAŃSKA [1/WE]	
parametr	zawartość razem	parametr	zawartość razem
		Wartość energetyczna [kcal]	2055.5
		Wartość energetyczna [kJ]	8633.6
		Białko [g]	91.2
		Tłuszcz [g]	71.1
		Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	34.4
		Węglowodany ogółem [g]	276.02
		Cukry [g]	60.36
		Błonnik pokarmowy [g]	26.75
		Sól [g]	5.16

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.