

DIETA ŁATWOSTRAWNA 27.01-02.02.2024r. (ALERGENY)

Sobota 27.01.2024	Niedziela 28.01.2023	Poniedziałek 29.01.2024	Wtorek 30.01.2024	Środa 31.01.2024	Czwartek 01.02.2024	Piątek 2.02.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Płatki jęczmienne z mlekiem 200g ogórek kiszony 100g + cykorii 10g Pasta warzywno- miesna 100g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 3, 7, 9	Płatki ryżowe pełnoziarniste z mlekiem 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Polędwica drobiowa 60g Pomidor bez skórki 120g + sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 3, 7	Płatki jaglane na mleku 200g Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) marchewka na parze 120g z bazylią 5g, szynka chłopska 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 3, 7	Ryż basmati z mlekiem 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Cukinia I papryka na parze 140g Twarożek 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 3, 7	Płatki orkiszowe z mlekiem 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g), Masło 16,6g Polędwica z piersi kurczaka 60g Pomidor bez skórki 120g z natką pietruszki 5g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7	Płatki jaglane na mleku 200g Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Marchewna parze 120g z bazylią 5g Pieczony pasztet sojowy 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 3, 7, 9	Płatki owsiane na mleku 200g Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g), Tradycyjna sałatka jarzynowa z jog naturalnym 100g, sałata 15g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 3, 7, 9
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
kanapki z twarogiem i szczypiorkiem 2 szt 1, 7	Jogurt naturalny 150g 7	Galaretka owocowa 150g	Maca 30g 1	Kanapka z masłem z dżemem niskosłodzonym 1, 7	Wafle ryżowe 30g	Mus gruszkowy z cynamonem 80g
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa ryżanka z ryżu basmati 400g Ziemniaki z koperkiem 200g Jajka sadzone z bazylią 120g Cukinia z ziołami na parze 140g Kompot 200 ml 1, 3, 7, 9	Rosół z lanymi kluskami z mąki pszennej 400g Kasza jaglana 200g Schab duszony w sosie własnym 140g Fasolka szparagowa 140g Kompot 200 ml 1, 3, 7, 9	Zupa kalafiorowa z makaronem durum bz śmietany 400g Łopatka pieczona z sosem pieczeniowym 140g Mix warzyw na parze 140g Ryż 200g Kompot 200 ml 1, 3, 7, 9	Zupa jarzynowa z ziemniakami bz śmietany 400g Potrawka z kurczaka z warzywami 140g Kasza jęczmienna perłowa 200g Buraki z jabłkami 140g Kompot 200 ml 1, 3, 7, 9	Krupnik 400g Spaghetti boloński z cebulii czosnku 300g Kompot 200 ml 1, 3, 7, 9	Zupa buraczkowa z makaronem durum bz śmietany 400g Kasza pęczak 200g Pulpety z sosem pomidorowym 140g sałata z jogurtem naturalnym 140g 100g Kompot 200 ml 1, 3, 7, 9	Zupa koperkowa bez mąki I śmietany 400g Ryż natka pietruszki 200g Puree z selera 140g Ryba na parze 140g Kompot 200 ml 1, 3, 4, 7, 9
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK
Chałka z kruszonką 80g 1	Jabłko na parze 120g	banan 100g	Rogalik z dżemem 80g 1	Jogurt naturalny 150g 7	Banan 100g	Jogurt owocowy 150g 7
Podwieczorek dla dzieci Jabłko gotowane	Podwieczorek dla dzieci banan	Podwieczorek dla dzieci biszkopciak 1	Podwieczorek dla dzieci chrupki kukurydziane	Podwieczorek dla dzieci bułeczka z dżemem 1	Podwieczorek dla dzieci Herbatniki 1	Podwieczorek dla dzieci sok owocowy
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Polędwica sopocka 60g Ser żółty 30 g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Marchew na parze 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 3,	Biały ser 100g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Cukinia gotowana 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Pomidor 80g jajko gotowane 60 g 1 szt ser żółty 30g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g pietruszką na parze z koperkiem 80g Szynka kanapkowa 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Sałatka ryżowa z kurczakiem 120g Sałata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser biały 100g dynia na parze z koperkiem 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Cukinia grillowana z ziołami 80g Pasta jajeczna 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 3, 7
K: 2384.5 / B: 94.5 T: 75.0 / WP: 312.5 F: 29.9 / WW: 31.1	K: 2240.5 / B: 102.9 T: 80.4 / WP: 259.3 F: 27.7 / WW: 25.7	K: 2264.8 / B: 106.9 T: 69.2 / WP: 283.7 F: 26.7 / WW: 28.3	K: 2253.8 / B: 97.8 T: 76.4 / WP: 274.7 F: 28.7 / WW: 27.4	K: 2281.5 / B: 98.8 T: 61.4 / WP: 313.8 F: 32.5 / WW: 31.1	K: 2288.4 / B: 99.3 T: 69.6 / WP: 295.9 F: 34.4 / WW: 29.6	K: 2355.4 / B: 93.4 T: 67.4 / WP: 326.0 F: 27.9 / WW: 32.4

DIETA ŁATWOSTRAWNA 27.01-02.02.2024r. (ALERGENY)

Każde danie może zawierać śladowe ilości każdego z alergenów, który znalazł się tam w sposób przypadkowy, np. procesie produkcji.

Składniki dań wraz z recepturami dostępne są u dietetyka szpitala.

ALERGENY:

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne,
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 (*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 o spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;
13. Łubin i produkty pochodne;
14. Mięczaki i produkty pochodne.