

DIETA ŁATWOSTRAWNA 23-29.12.2023r. (ALERGENY)

Sobota 23.12.23	Niedziela 24.12.23	Poniedziałek 25.12.23	Wtorek 26.12.23	Środa 27.12.23	Czwartek 28.12.23	Piątek 29.12.23
<p>ŚNIADANIE</p> <p>Platki gryczane z mlekiem 200g Pieczywo mieszane 90g Ogonówka 60g Dyńa gotowana 120g Bazylija 5 g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1,3,7</u></p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Twarożek ze szczypiorkiem 100g Platki jaglane z mlekiem 200g Masło 16,6g pomidor 120g natka 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Pieczywo mieszane 90g <u>1,3,7,9</u></p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Platki owsiane błyskawiczne na mleku 200g Masło 16,6g Ogórek kiszony 100 g Połędwica sopocka 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Pieczywo mieszane 90g <u>1,7</u></p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Platki owsiane na mleku 200g dżem 30g ser żółty 60g Masło 16,6g pietruska gotowana z natką pietruszki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Pieczywo mieszane 90g <u>1,3,7,9</u></p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Półędwica wieprzowa luksusowa 60g Platki owsiane na mleku 200g Masło 16,6g Pomidor 120g Kielki fasoli 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Pieczywo mieszane 90g <u>1,3,7</u></p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Ryż basmatina mleku 200g Połędwica z piersi kurczaka 60g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Pieczywo mieszane 90g rzodkiewka 100g Sałata 15 g <u>1,7</u></p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Dżem 60g Platki jaglane mleku 200g Masło 16,6g Pomidor 120g Natka pietruszki 10 g ser biały 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Pieczywo mieszane 90g <u>1,7</u></p>
<p>II ŚNIADANIE</p> <p>jabłko na parze 100g</p>	<p>II ŚNIADANIE</p> <p>wafelek wielozbożowy 30g <u>1,7</u></p>	<p>II ŚNIADANIE</p> <p>jogurt owocowy 120g <u>7</u></p>	<p>II ŚNIADANIE</p> <p>chrupki kukurydziane 40g</p>	<p>II ŚNIADANIE</p> <p>banan 100g</p>	<p>II ŚNIADANIE</p> <p>mus owocowy 120g</p>	<p>II ŚNIADANIE</p> <p>kanapka z twarogiem I ogórkiem kiszonym <u>1,7</u></p>
<p>OBIAD</p> <p>Zupa buraczkowa z ziemniakami 400g Spaghetti bolońskie bz cebulii czosnku 300g Kompot 200 ml <u>1,3,7,9</u></p>	<p>OBIAD</p> <p>Pieczarkowaz makaronem, marchewką i natka pietruszki 400g Ziemniaki z koperkiem 200g ryba na parze 140g Marchewka z gotowana 140g Kompot 200 ml <u>1,3,7,9</u></p>	<p>OBIAD</p> <p>Zupa pomidorowa bez śmietany z makaronem 400g schab duszony z warzywami 140g ziemniaki 200g, kompot 200ml <u>1, 3, 7</u></p>	<p>OBIAD</p> <p>Zupa ogórkowa bz śmietany 400g Łopatka duszona z sosem warzywnym 140g Buraczki gotowane 140g Kompot 200ml <u>1,7,9</u></p>	<p>OBIAD</p> <p>Zupa brokułowa bz śmietany z makaronem 400g siekane gołąbki na parze w sosie własnym 140g Surówka z tartej marchewki 140g ryż 200g Kompot 200 ml <u>1,3,9</u></p>	<p>OBIAD</p> <p>Żurek z jajkiem bz śmietany 400g Kaszotto ze szpinakiem I mozzarellą 300g Kompot 200 ml <u>1,7,9</u></p>	<p>OBIAD</p> <p>Krupnik 400g Ryba z warzywami gotowana na parze 140g Ryż 200g sałata z jogurtem naturalnym 120g Kompot 200 ml <u>1,3, 4,7,9</u></p>
<p>PODWIECZOREK</p> <p>Buleczka z serem 80g <u>1,7</u></p>	<p>PODWIECZOREK</p> <p>jogurt naturalny 150g <u>7</u></p>	<p>PODWIECZOREK</p> <p>Jabłko gotowane 120g</p>	<p>PODWIECZOREK</p> <p>Mus gruszkowy 120g</p>	<p>PODWIECZOREK</p> <p>Kefir 150g <u>7</u></p>	<p>PODWIECZOREK</p> <p>Kisiel owocowy 150g</p>	<p>PODWIECZOREK</p> <p>Chałka z kruszonką 80g <u>1,7</u></p>
<p>Podwieczorek dla dzieci sok owocowy 250ml</p>	<p>Podwieczorek dla dzieci brzoskwinia 100g</p>	<p>Podwieczorek dla dzieci ciasto drożdżowe 80g <u>1,7</u></p>	<p>Podwieczorek dla dzieci kajzerka z szynką I sałata 80g</p>	<p>Podwieczorek dla dzieci kisiel</p>	<p>Podwieczorek dla dzieci wafelek śmietankowy 80g 1,7</p>	<p>Podwieczorek dla dzieci galaretka z owocami 120g</p>

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.

KOLACJA Sobota 23.12.2023	KOLACJA Niedziela 24.12.2023	KOLACJA Poniedziałek 25.12.2023	KOLACJA Wtorek 26.12.2023	KOLACJA Środa 27.12.2023	KOLACJA Czwartek 28.12.2023	KOLACJA Piątek 29.12.2023
<p>Szynka bankietowa 60g pomidor 120g</p> <p>Salata 15 g</p> <p>Masło 16,6g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>Pieczywo mieszane 90g</p> <p><u>1,7</u></p>	<p>Ser żółty 30g</p> <p>sałatka jarzynowa 100g</p> <p>ogórek kiszony 80 g</p> <p>Masło 16,6g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>Pieczywo mieszane 90g</p> <p><u>1,3,7,9</u></p>	<p>Masło 16,6g</p> <p>Szynka wiejska 60g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>Pieczywo mieszane 90g</p> <p>cukinia na parze z koperkiem 120g</p> <p><u>1,7</u></p>	<p>Pomidor 120g</p> <p>Natka pietruszki 15 g</p> <p>Szynka z piersi kurczaka 60g</p> <p>jajko gotowane 1 szt</p> <p>Masło 16,6g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>Pieczywo mieszane 90g</p> <p><u>1,7</u></p>	<p>Masło 16,6g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>Pieczywo mieszane 90g</p> <p>pastę rybną (z tunczykiem) 100g</p> <p>seler gotowany z koperkiem 80g</p> <p><u>1,7,9</u></p>	<p>Poledwica sopocka 60g</p> <p>Cukinia na parze z ziołami 80g</p> <p>Masło 16,6g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>Pieczywo mieszane 90g</p> <p><u>1,7</u></p>	<p>Marchew gotowana z natką pietruszki 80g</p> <p>Jajko gotowane 60 g</p> <p>Szynka delikatesowa 30 g</p> <p>Masło 16,6g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>Pieczywo mieszane 90g</p> <p><u>1,7</u></p>
<p>K: 2356.8 / B: 91.7 T: 85.0 / WP: 288.1 F: 26.6 / WW: 28.5</p>	<p>K: 2386.8 / B: 105.7 T: 77.5 / WP: 297.9 F: 26.4 / WW: 29.6</p>	<p>K: 2331.7 / B: 100.6 T: 68.9 / WP: 297.8 F: 37.4 / WW: 29.8</p>	<p>K: 2387.9 / B: 104.4 T: 73.0 / WP: 305.5 F: 38.1 / WW: 30.5</p>	<p>K: 2418.4 / B: 95.9 T: 74.7 / WP: 321.7 F: 32.9 / WW: 31.9</p>	<p>K: 2373.3 / B: 95.8 T: 79.2 / WP: 298.6 F: 29.7 / WW: 29.7</p>	<p>K: 2301.2 / B: 108.9 T: 77.2 / WP: 273.8 F: 28.6 / WW: 27.4</p>

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.