

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (10-16.02.2024 r.) - ALERGENY

Sobota 10.02.2024 r	Niedziela 11.02.2024 r	Poniedziałek 12.02.2024 r	Wtorek 13.02.2024 r	Środa 14.02.2024 r	Czwartek 15.02.2024 r	Piątek 16.02.2024 r
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Platki orkiszowe na wywarze warzywnym 200g Marchewka gotowana 120g Natka pietruszki 5 g Ser żółty gouda light 60g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g)herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)	Platki jaglane na wywarze warzywnym 200g pasztet 80g Pomidor bz skórki 80g Salata 10 g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g)herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)	Platki jęczmienne błyskawiczne na wywarze warzywnym 200g Pasta jajeczna z jogurtem 100g Dyńa na parze 100g Roszponka 10 g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3, 7, 9)	Platki owsiane na wywarze warzywnym 200g Połędwica z piersi kurczaka 60g pietruska na parze z koperkiem 100g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g)herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)	Kasza jaglana na wywarze warzywnym 200g seler na parze 100g twarożek wiejski 100g dżem 30g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g)herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)	Ryż na na wywarze warzywnym 200g Szynkowa 60g Pomidor bz skórki 100g Kielki brokuła 10 g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g)herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Zacierka na na wywarze warzywnym 200g Dyńa na parze z bazylią 100g Ser żółty 60g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g)herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3, 7, 9)
ŚNIADANIE II Mus gruszkowy 100 g	ŚNIADANIE II Sok marchiowy przecierany 250 ml (9)	ŚNIADANIE II Jogurt owocowy PURE 200g (7)	ŚNIADANIE II Bułka pszenna z wędliną i pomidorem bez skórki 2 szt. (1, 7)	ŚNIADANIE II Kisiel owocowy 150 g	ŚNIADANIE II Chrupki kukurydziane 30g	ŚNIADANIE II Jabłko gotowane 100 g
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa zalewajka z ziemniakami bez mąki i śmietany 400g Ryż z jabłkami i cynamonem 300g Kompot 200 ml (1, 7, 9)	Rosół z makaronem durum marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki z koperkiem 200g Schab duszony w sosie własnym 140g fasolka szparagowa na parze 140g Kompot 200 ml (1,3, 7, 9)	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g gulasz drobiowy 140g ryż biały z warzywami 300g sałata z jogurtem naturalnym (150g) Kompot 200 ml (1,3, 7, 9)	Zupa szczawiowa bez mąki i śmietany 400g z grzankami 20 g Gotowane udko z kurczaka 140g Buraczki z cytryną 140g Kasza jęczmienna, perłowa z pesto z natki pietruszki 200g Kompot 200 ml (1,3, 7, 9)	Zupa koperkowa z ryżem 400g Brokuł na parze 140g ziemniaki 200g piers z kurczaka gotowana na parze 140g Kompot 200 ml (1,3, 7, 9)	Zupa marchewkowo -dyniowa z lanymi kluseczkami 400g Kasza jaglana 200g Stek wieprzowy na parze 140g Mix warzyw na parze 140g Kompot 200 ml (1,3, 7, 9)	Krupnik 400g Ziemniaki 200g Kotlety na parze 140g Marchew gotowana słupki 140g Kompot 200 ml (1,3, 4, 7, 9)
PODWIECZOREK Bułka pszenna z bieluchem i kiełkami brokuła (1,7)	PODWIECZOREK Banan 100g	PODWIECZOREK jabłko gotowane na parze 100g	PODWIECZOREK Babka piaskowa 80 g	PODWIECZOREK Ciastka kruche z marmoladą 50g (1,7)	PODWIECZOREK Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)	PODWIECZOREK Galaretko owocowa 150 g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Filet z piersi kurczaka 60g seler na parze z koperkiem 100g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Pasta twarogowa z jogurtem naturalnym 100 g Cukinia na parze z bazylią 100g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g)herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Marchewka na parze z natką pietruszki 100g połędwica wieprzowa luksusowa 60g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Salata 10g szynka konserwowa 60g Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g)herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Szynkowa 60g Pomidor bz skórki 100g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g)herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Serek wiejski 100 g Cukinia z ziołami na parze 100g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Jajko gotowane na miękko 60 g Burak gotowany plasty z roszonką 120 g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g)Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)

K: 2365.2/B: 95.0 T: 56.0/WP: 350.4 F: 34.2/WW: 35.3	K: 2202.3/B: 101.6 T: 55.9/WP: 305.9 F: 29.5/WW: 30.5	K: 2204.1/B: 97.2 T: 57.7/WP: 299.0 F: 43.3/WW: 30.0	K: 2257.8/B: 98.7 T: 58.4/WP: 312.9 F: 37.8/WW: 31.1	K: 2215.4/B: 109.8 T: 43.6/WP: 327.2 F: 33.7/WW: 32.6	K: 2289.4/B: 102.4 T: 67.6/WP: 300.4 F: 27.3/WW: 29.8	K: 2225.3/B: 95.1 T: 59.5/WP: 305.3 F: 36.2/WW: 30.4
--	---	--	--	---	---	--

2

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.

