

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU - ALERGENY (02-08.03.2024 r.)

Sobota 02.03.2024 r	Niedziela 03.03.2024	Poniedziałek 04.03.2024	Wtorek 05.03.2024	Środa 06.03.2024	Czwartek 07.03.2024	Piątek 08.03.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Płatki ryżowe na wywarze warzywnym 200g Pasta mięsna 100g cukinia i dynia na parze 150g Masło 10g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3, 7,9)	Płatki jęczmienne błyskawiczne na wywarze warzywnym 200g Seler gotowany z bazylią 100g Polędwica z piersi kurczaka 60g Masło 10g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7,9)	Płatki owsiane błyskawiczne na wywarze warzywnym 200g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Pietruszka gotowana 100g kielki brokuła 10g Polędwica sopocka 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)	Zacierka na wywarze warzywnym 200g Sałatka ryżowa z kurczakiem 120g, sałata 10g, burak na parze 120g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Ryż na wywarze warzywnym 200g Dynia gotowana 120g, Cykorja 10g Paszтет pieczony 80g Masło 10g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Kasza jaglana na wywarze warzywnym 200g Cukinia na parze z ziołami 100g z koperkiem 10g Polędwica z piersi kurczaka 60g, Masło 10g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7,9)	Kasza bulgur na wywarze warzywnym 200g Pomidor b. skórki 80g dżem 60g Masło 10g ser biały 100g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka sok wielowarzywny (150g) (1, 7,9)
II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 150g (7)	II ŚNIADANIE Maślanka owocowa 150g (7)	II ŚNIADANIE Budyń jaglany bez cukru 150g	II ŚNIADANIE Kisiel 150g,	II ŚNIADANIE Ciastka maślane 50g (1, 7)	II ŚNIADANIE Smoothie owocowe 100% owoców 200g	II ŚNIADANIE Kanapki z pieczywa pszennego z dżemem niskosłodzonym (1.7)
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa marchewkowa z lanymi kluseczkami 400g pulpety wieprzowe w sosie koperkowym 140g Kasza jęczmienna 200g buraki gotowane w plastrach z sosem vinegret 120g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Rosół z makaronem durum, marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki 200g Schab gotowany z ziołami polany sosem warzywnym 140g 120g Sałata z jogurtem 100g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g Duszona pierś z kurczaka z warzywami 140g Kasza kus kus 200g Surówka z marchewki tartej 120g Kompot 200 ml (1, 7, 9)	Zupa jarzynowa bez śmietany i mąki z ryżem 400g Naleśniki z serem na słodko smażony b. tłuszczu 150g Naleśniki ze szpinakiem smażony b. tłuszczu 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa brokułowa bez mąki i śmietany 400g Pierogi z mąki pszennej z mięsem drobiowo-wieprzowym gotowane 250g Tagiatelle warzywne 120g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Krupnik z kaszą jęczmienną większą 400g Ryż z warzywami i kurczakiem 300g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pomidorowa z ryżem b. śmietany 400g Ziemniaki 200g pulpety rybne w sosie koperkowym 140g sałata z jogurtem naturalnym 120g Kompot 200 ml (1, 3, 4, 7, 9)
PODWIECZOREK Chałka z kruszonką 80 (1,7)	PODWIECZOREK banan 100g	PODWIECZOREK Melon 150g	PODWIECZOREK Wafle ryżowe z dżemem brzoskwińowym 150g	PODWIECZOREK Jabłko gotowane 150g	PODWIECZOREK serek homogenizowany 150g	PODWIECZOREK Mus gruszkowy 150g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Polędwica wieprzowa luksusowa 60g Pomidor b. skórki 100g, natka 5g Masło 10g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Szynka z indyka 60g marchewka gotowana 100g z koperkiem 5g Masło 10g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Paszтет pieczony 80g Cukinia gotowana z bazylią 100g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Polędwica z indyka 30 g Jajko gotowane 60 g seler na parze 100g Masło 10g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3)	Ser biały 100g Pomidor b. skórki 100g z natką 10g Masło 10g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Pasta jajeczna z jogurtem naturalnym 100g Burak gotowany 100g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g Wędlina drobiowa 30g Masło 10g, sałata 10g Bułka angielska+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)

K:2307.5/B:95.6
T:62.0/WP:319.0
F:32.2/WW:31.7

K:2285.2/B:97.4
T:59.7/WP:321.4
F:34.4/WW:32.2

K:2247.0/B:105.0
T:45.1/WP:323.5
F:41.2/WW:32.5

K:2256.8/B:95.5
T:53.5/WP:330.6
F:29.0/WW:32.9

K:2286.7/B:97.8
T:64.0/WP:307.9
F:36.0/WW:30.7

K:2271.9/B:97.4
T:45.8/WP:348.4
F:29.4/WW:34.8

K:2211.6/B:114.8
T:59.9/WP:279.9
F:32.3/WW:28.0

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.

