

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (09-15.03.2024 r.) - ALERGENY

Sobota 09.03.2024 r	Niedziela 10.03.2024 r	Poniedziałek 11.03.2024 r	Wtorek 12.03.2024 r	Środa 13.03.2024 r	Czwartek 14.03.2024 r	Piątek 15.03.2024r
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 Sałata 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 Jajko gotowane 50 g szynka drobiowa 60 g Dyń na parze 100g Roszponka 10 g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka	Platki owsiane na wywarze warzywnym 200g Połędwica z piersi kurczaka 60g cukinia na parze z natką pietruszki 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 Marchewka na parze z koperkiem 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 Kiełki 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 Dyń na parze z bazylią 100g Ser twarogowy 100g 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 marchwiowy 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 smietany 400g Ryż z jabłkami i cynamonem 300g Kompot 200 ml (1, 7, 9) PODWIECZOREK Bułka pszenna z bieluchem i kiełkami brokuła (1,7) (7)	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) PODWIECZOREK Banan 100g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g gulasz drobiowy 140g Kasza orkiszowa z warzywami 300g sałata z jogurtem naturalnym (150g) Kompot 200 ml PODWIECZOREK jabłko gotowane na parze 100g	Zupa szczawiowa bez mąki i smietany 400g z grzankami 20 g Gotowane udko z kurczaka 140g Buraczki z cytryną 140g Ryż basmati z pesto z natki pietruszki 200g Kompot 200 ml (1,3, 7, 9) PODWIECZOREK Babka piaskowa 80 g	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) PODWIECZOREK Ciastka kruche z marmoladą 50g (1,7)	Zupa marchewkowo -dyniowa z lanymi kluseczkami 400g Kasza bulgur 200g Stek wieprzowy na parze 140g Mix warzyw na parze 140g Kompot 200 ml (1,3, 7, 9) PODWIECZOREK Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)	Krupnik 400g Ziemniaki 200g Kolejny na parze 140g Marchew gotowana słupki 140g Kompot 200 ml (1,3, 4, 7, 9) PODWIECZOREK Galaretkowa 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 poledwica wieprzowa luksusowa 60g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Sałata 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 plastry z roszonką 120 g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)

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.

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
---	---	---	--	---	---	---

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.

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.