

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (04-10.05.2024 r.) - ALERGENY

Sobota 04.05.2024 r	Niedziela 05.05.2024 r	Poniedziałek 06.05.2024 r	Wtorek 07.05.2024 r	Środa 08.05.2024 r	Czwartek 09.05.2024 r	Piątek 10.05.2024r
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)	ŚNIADANIE 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)	ŚNIADANIE Platki jęczmieńne błyskawiczne na wywarze warzywnym 200g Jajko gotowane 50 g szynka drobiowa 60 g Dyńna 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)	ŚNIADANIE 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)	ŚNIADANIE Kasza jagłana 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)	ŚNIADANIE 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)	ŚNIADANIE Zacierka na na wywarze warzywnym 200g Dyńna 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 naturalny 15g + borówki (50g) (7)	ŚNIADANIE II Chrupki kukurydziane 30g	ŚNIADANIE II Melon 140 g	ŚNIADANIE II Bułka pszenna z wędliną i pomidorem bez skórki 2 szt. (1,7)	ŚNIADANIE II Jabłko gotowane 100 g
OBIAD Barszcz czerwony z ziemniakami 400g Ryż naszpikowany jabłkiem i cynamonem 300g Kompot 200 ml (1, 7, 9)	OBIAD Rosół z makaronem durum marchewką natką pietruszki 400g Ziemniaki z koperkiem 300g Schab duszony w sosie własnym 140g fasolka szparagowa na parze 140g Kompot 200 ml (1,3, 7, 9)	OBIAD Barszcz biały z białą kielbaską 400g gulasz drobiowy z indyka z marchewką 140g Kasza orkiszowa na sypko z warzywami 300g sałata z jogurtem naturalnym (150g) Kompot 200 ml (1,3, 7, 9)	OBIAD Zupa szczawiowa bez mąki i śmietany 400g z grzankami 20 g Gotowane udko z kurczaka bez skóry w potrawce z włoszczyzną 160g Buraczki z cytryną 140g Ryż paraboliczny gotowany na sypko z pesto z natki pietruszki 200g Kompot 200 ml (1,3, 7, 9)	OBIAD Zupa koperkowa z ryżem 400g Brokuł na parze 140g ziemniaki 300g Piers z kurczaka gotowana na parze 140g Kompot 200 ml (1,3, 7, 9)	OBIAD Zupa marchewkowo -dyniowa z lanymi kluseczkami 400g Kasza bulgur gotowana na sypko 200g Stek wieprzowy na parze 140g Mix warzyw na parze 140g Kompot 200 ml (1,3, 7, 9)	OBIAD Krupnik 400g Ziemniaki 300g Kotlety na parze 140g Marchew gotowana słupki 140g Kompot 200 ml (1,3, 4, 7, 9)
PODWIECZOREK Bułka pszenna z bieluchem i kielkami brokuła (1,7)	PODWIECZOREK Banan 100g	PODWIECZOREK Babka piaskowa 80g (1,7)	PODWIECZOREK jabłko gotowane na parze 100g	PODWIECZOREK Ciastka kruche z marmoladą 50g (1,7)	PODWIECZOREK Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)	PODWIECZOREK Galaretka owocowa 150 g
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)	KOLACJA 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)	KOLACJA 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)	KOLACJA 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)	KOLACJA Szynki 60g Pomidor bz skórki 100g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g)herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	KOLACJA 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)	KOLACJA Jajko gotowane na miękko 60 g Burak gotowany plasty z roszponką 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.