

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ;15-21.06.2024r. (alergeny)

Sobota 15.06.2024	Niedziela 16.06.2024	Poniedziałek 17.06.2024	Wtorek 18.06.2024	Środa 19.06.2024	Czwartek 20.06.2024	Piątek 21.06.2024
ŚNIADANIE Płatki owsiane błyskawiczne na wywarze warzywnym 200g Pomidor bez skóry 120g, sałata 10g Pasta warzywno-mięsna 100g Masło 10g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1,3, 7, 9	ŚNIADANIE Płatki ryżowe na wywarze warzywnym 200g Polędwica drobiowa 60g Pomidor bez skóry 120g, sałata 10g Masło 10g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7, 9	ŚNIADANIE Kasza manna na wywarze warzywnym 200g Dyń na parze 100g, bazyli 5g Szynka chłopska 60g Masło 10g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1,7, 9	ŚNIADANIE Płatki owsiane na wywarze warzywnym 200g cukinia na parze 100g z natką pietruszki 5g twarożek 100 g Masło 10g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1,7, 9	ŚNIADANIE Płatki jaglane na wywarze warzywnym 200g Marchewna na parze 120g Polędwica z piersi kurczaka 60g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 10g, herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1,7, 9	ŚNIADANIE Płatki ryżowe na wywarze warzywnym 200g Pieczony pasztet sojowy 80g Pomidor 120g, sałata 10g Masło 10g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1,3, 7, 9	ŚNIADANIE Kluski lane na wywarze warzywnym 200g Tradycyjna sałatka jarzynowa z jog naturalnym 100g Miód 20 g, Masło 10g, Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g), herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1,3, 7, 9
II ŚNIADANIE kanapki z twarogiem i szczypiorkiem 2 szt 1, 7	II ŚNIADANIE Jogurt owocowy bez cukru 150g 7	II ŚNIADANIE Maca pszenna z dżemem niskosłodzonym 30g	II ŚNIADANIE Mus owocowy 100g 1	II ŚNIADANIE Kanapka z masłem i dżemem niskosłodzonym 1,7	II ŚNIADANIE Wafle ryżowe 30g 1	II ŚNIADANIE Mus jabłkowy 100g
OBIAD Zupa ryżanka z ryżem basmati 400g Ziemniaki z koperkiem 300g Roladka drobiowa z mozzarellą i marchewką (na parze) 140g Cukinia z ziołami na parze 120g Kompot 200 ml 1,3, 7, 9	OBIAD Rosół z lanymi kluskami z mąki pszennej 400g Kasza jaglana 200g Schab duszony W SOSIE WŁASNYM 140G Fasolka szparagowa 140g Kompot 200 ml 1,3, 7, 9	OBIAD Zupa kalafiorowa z makaronem durum bz śmietany 400g Łopatką pieczoną z sosem pieczeniowym 140g mix warzyw na parze 140g Ryż 200g Kompot 200 ml 1,3, 7, 9	OBIAD Zupa jarzynowa z ziemniakami bz śmietany 400g Potrawka z kurczaka z warzywami 140g Kasza jęczmienna perłowa 200g Buraki gotowane 140g Kompot 200 ml 1,3, 7, 9	OBIAD Krupnik 400g Spaghetti bolońskie bz cebulii czosnku 300g Kompot 200 ml 1,3, 7, 9	OBIAD Zupa buraczkowa z ziemniakami bz śmietany 400g Kluski leniwe z jogurtem naturalnym i truskawkami 300g Kompot 200 ml 1,3, 7, 9	OBIAD Zupa koperkowa bz śmietany 400g Ryż z natką pietruszki 200g Sałata z jogurtem naturalnym 140g Ryba na parze 140g Kompot 200 ml 1,3, 4, 7, 9
PODWIECZOREK Melon 120g	PODWIECZOREK Chałka z kruszonką 80g 1,7	PODWIECZOREK banan 100g	PODWIECZOREK Rogalik z dżemem 80g 1,7	PODWIECZOREK Jogurt naturalny 150g 8	PODWIECZOREK Tortilla pszenna z bieluchem, szynką drobiową i pomidorem bez skórki 1,7	PODWIECZOREK Kisiel owocowy 150g
KOLACJA Polędwica sopocka 60g Dyń na parze 100g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g), Masło 10g, herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 3, 7	KOLACJA Ser biały 100g Gotowana cukinia 100g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g), Masło 10g, herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7	KOLACJA Pomidor bez skórki 100g, jajko gotowane 60g 1szt., szynka z indyka 30g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 10g, herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7	KOLACJA Masło 10g pasta z tuńczyka 80g Pomidor bez skóry 100g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7	KOLACJA Sałatka ryżowa z kurczakiem 120g, plastry buraka na parze 100g Masło 10g, Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7	KOLACJA Dyń na parze 100g Ser biały 100g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 10g, herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 7	KOLACJA Cukinia grillowana z ziołami 100g Pasta jajeczna 100g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka 1, 3, 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: 2227.5/B: 94.2
T: 63.3/WP: 301.4
F: 30.5/WW: 29.8

K: 2237.4/B: 99.2
T: 55.3/WP: 316.1
F: 27.7/WW: 31.3

K: 2225.6/B: 99.3
T: 49.9/WP: 314.1
F: 40.4/WW: 31.4

K: 2260.2/B: 95.2
T: 58.5/WP: 310.7
F: 43.4/WW: 31.0

K: 2296.3/B: 95.1
T: 45.3/WP: 355.6
F: 34.8/WW: 35.3

K: 2323.0/B: 87.7
T: 65.0/WP: 324.0
F: 34.1/WW: 32.2

K: 2214.8/B: 101.3
T: 62.2/WP: 293.4
F: 28.5/WW: 29.3

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.