

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU - ALERGENY (22-28.06.2024 r.)

Sobota 22.06.2024 r	Niedziela 23.06.2024	Poniedziałek 24.06.2024	Wtorek 25.06.2024	Środa 26.06.2024	Czwartek 27.06.2024	Piątek 28.06.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Płatki ryżowe na wywarze warzywnym 200g Serek wiejski 100g cukinia I dynia na parze 150g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3, 7,9)	Płatki jęczmienne błyskawiczne na wywarze warzywnym 200g Ogórek kiszony 100g Połędwica z piersi kurczaka 60g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7,9)	Płatki owsiane błyskawiczne na wywarze warzywnym 200g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Marchew gotowana z natką pietruszki 100g Połędwica 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 angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Ryż na na wywarze warzywnym 200g Dynia gotowana 120g, Cykorja 10g Paszтет pieczony 80g Masło 10g Bułka angelka+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 Połędwica z piersi kurczaka 60g, Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7,9)	Kasza bulgur na wywarze warzywnym 200g Pomidor bz skórki 80g dżem 60g Masło 10g ser biały 100g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka sok wielowarzywny (150g) (1, 7,9)
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
Jogurt naturalny 150g z borówką 50 g (7)	Maślanka owocowa 150g (7)	Budyń jaglany bez cukru 150g (7)	Kisiel 150g	Ciastka maślane 50g (1, 7)	Sok przecierowy marchwiowo-bananowy (200g) (9)	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 300g Schab gotowany z ziołami polany sosem warzywnym 140g 120g Kalafior gotowany 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g Duszona pierś z kurczaka z włoszczyzną 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 Pierogi z mąki pszennej z mięsem drobiowo-wieprzowym gotowane 250g Pomidor bez skórki z jogurtem naturalnym 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa brokułowa bez mąki i śmietany z grzankami pszennymi 400g Makaron na słodko z serem twarogowym, miodem I cynamonem (300g) Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Krupnik z kaszą jęczmienną wiejską 400g Ryż z warzywami i kurczakiem 300g Fasolka szparagowa gotowana 120 g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pomidorowa z ryżem bz śmietany 400g Ziemniaki 300g ryba gotowana na parze z natką pietruszki 140g Tagiatelle warzywne (wstażki) z cukini i marchewki 150g Kompot 200 ml (1, 3, 4, 7, 9)
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK
Chałka z kruszonką 80g (1, 7)	banan 100g	Melon 150g	Wafle ryżowe z dżemem brzoskwińowym 150g	Mus owocowy 150g	serek homogenizowany 150g	Mus gruszkowy 150g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Połędwica wieprzowa luksusowa 60g Pomidor bz skórki 100g, natka 5g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Szynka z indyka 60g Dynia na parze z bazylią 100g z koperkiem 5g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Paszтет pieczony 80g Cukinia gotowana z bazylią 100g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Połędwica z indyka 30 g Jajko gotowane 60 g Ogórek małosolny 100g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3)	Ser biały 100g Pomidor bz skórki 100g z natką 10g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Pasta jajeczna z jogurtem naturalnym 100g Burak gotowany 100g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g Masło 10g, sałata 10g Wędlina drobiowa 30g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)

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: 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
--	--	---	--	--	--	---

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.