

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU - ALERGENY (14-20.09.2024 r.)

Sobota 14.09.2024 r	Niedziela 15.09.2024	Poniedziałek 16.09.2024	Wtorek 17.09.2024	Środa 18.09.2024	Czwartek 19.09.2024	Piątek 20.09.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Płatki ryżowe na wywarze warzywnym 300g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Ser biały 100g Cukinia na parze 130g Sałata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3, 7,9)	Płatki orkiszowe na wywarze warzywnym 300g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Szynka z indyka 60g Mix warzyw gotowanych 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7,9)	Płatki owsiane błyskawiczne na wywarze warzywnym 300g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Polędwica sopocka 60g Mix sałat z pomidorem i natką pietruszki 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)	Płatki jęczmieńne na wywarze warzywnym 300g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Sałata ryżowa z kurczakiem 120g, sałata 10g, Brokuł na parze 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Ryż na wywarze warzywnym 300g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Paszet pieczony 80g Dyń gotowana 120g, Sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Płatki jaglane na wywarze warzywnym 300g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Polędwica z piersi kurczaka 60g Cukinia na parze z ziołami 100g z koperkiem 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7,9)	Kluski lane na wywarze warzywnym 300g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Dżem 60g Serek wiejski 100g (kubek) Pomidor bez skórki 80g, Sałata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7,9)
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
Jogurt naturalny 150g (7)	Banan 100g	Kefir naturalny 150g (7)	Maca z mąki pszennej 20g z dżemem niskosłodzonym bezpestkowym (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Sok przecierowy marchwiowo-bananowy (200g) (9)	Bułka pszenna z pastą z fasolą i ogórkiem kiszonym 1 szt (1, 7, 9)
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa marchewkowa z lanymi kluseczkami 400g Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym 140g Kasza jęczmieńna 200g Buraki gotowane w plastrach z sosem vinegret 120g Kompot 250 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 250 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 250 ml (1, 7, 9)	Zupa fasolowa bez śmietany i mąki 400g Pierogi z mąki pszennej z mięsem drobiowo-wieprzowym gotowane 250g Sałata lodowa z pomidorem bez skórki i vinegretem 150 g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa brokułowa bez mąki i śmietany z grzankami pszennymi 400g Gotowane udko z włoszczyzną 140 g Ziemniaki gotowane 300g Tagiatelle warzywne z duszonej cukinii i marchewki 150g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pieczarkowa bez mąki z makaronem durum 400g Ryż z warzywami i kurczakiem 300g Brokuł i kalafior gotowany 150 g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pomidorowa z ryżem bez śmietany 400g Ziemniaki 300g Ryba po grecku 140g Fasolka szparagowa gotowana 150g Kompot 250 ml (1, 3, 4, 7, 9)
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK
Chałka z kruszonką 80g (1, 3,7)	Budyń jaglany 150g (1)	Kanapki z pastą z wędliną drobiową 2szt, ogórek kiszony 50g (1, 7)	Kisiel owocowy 150g	Mus owocowy 100g	Serek homogenizowany waniliowy 150g	Galaretka owocowa 150g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Polędwica wieprzowa luksusowa 60g Pomidor bez skórki 100g Sałata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Pasta rybna z tuńczykiem 100 g Marchewka gotowana 100g z koperkiem 5g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 4, 7, 9)	Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Twarożek ze szczypiorkiem 100 g Pomidor bez skórki 100g Sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Polędwica z indyka 30g Jajko gotowane na miękko 1 szt. Marchewka mini gotowana 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Ser biały 100g Pomidor bez skórki 100g z natką 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Pasta jajeczna z jogurtem naturalnym 100g Buraki na parze 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Wędlina drobiowa 30g Sałata jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g Sałata 10g 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.

