

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU - ALERGENY (06-12.04.2024 r.)

Sobota 06.04.2024 r	Niedziela 07.04.2024	Poniedziałek 08.04.2024	Wtorek 09.04.2024	Środa 10.04.2024	Czwartek 11.04.2024	Piątek 12.04.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Platki ryżowa na wywarze warzywnym 200g Pasta mięsna 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) II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 150g (7)	Platki jęczmienne błyskawiczne na wywarze warzywnym 200g Seler gotowany z bazylią 100g Polędwica z piersi kurczaka 60g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7,9) II ŚNIADANIE Maślanka owocowa 150g (7)	Platki owsiane błyskawiczne na wywarze warzywnym 200g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 10g Pietruszka gotowana 100g kielki brokułu 10g Polędwica sopocka 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9) II ŚNIADANIE Budyń jaglany bez cukru 150g	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) II ŚNIADANIE Kisiel 150g,	Ryż na na wywarze warzywnym 200g Dynia gotowana 120g, Cykoria 10g Paszтет pieczony 80g Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9) II ŚNIADANIE Ciastka maślane 50g (1, 7)	Kasza jaglana na wywarze warzywnym 200g Cukinia na parze z ziołami 100g z koperkiem 10g Polędwica z piersi kurczaka 60g, Masło 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7,9) II ŚNIADANIE Sok przecierowy marchwiowo-bananowy (200g) (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 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 plasterkach z sosem vinegret 120g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK Chałka z kruszonką 80g (1, 7)	Rosół z makaronem durum, marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki 300g Schab gotowany z ziołami polany sosem warzywnym 140g 120g Sałata z jogurtem 100g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK banan 100g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g Duszona pierś z kurczaka z warzywami 140g Kasza kus kus 200g Surówka z marchewki tartej 120g Kompot 200 ml (1, 7, 9) PODWIECZOREK Melon 150g	Zupa jarzynowa bez śmietany I mąki z ryżem 400g Pierogi z mąki pszennej z mięsem drobiowo-wieprzowym gotowane 250g Tagiatelle warzywne 120g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK Wafle ryżowe z dżemem brzoskwinowym 150g	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) PODWIECZOREK Jabłko gotowane 150g	Krupnik z kaszą jęczmienną większą 400g Ryż z warzywami i kurczakiem 300g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK serek homogenizowany 150g	Zupa pomidorowa z ryżem bz śmietany 400g Ziemniaki 300g pulpety rybne z natką pietruszki 140g sałata z jogurtem naturalnym 120g Kompot 200 ml (1, 3, 4, 7, 9) PODWIECZOREK Mus gruszkowy 150g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Polędwica 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 marchewka gotowana 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)	Polędwica z indyka 30 g Jajko gotowane 60 g seler na parze 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 Wędlina drobiowa 30g Masło 10g, sałata 10g Bułka angelka+kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)
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

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.

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.

