

DIETA ŁATWOSTRAWNA 03-09.08.2024r. (ALERGENY)

Sobota 03.08.2024	Niedziela 04.08.2024	Poniedziałek 5.08.2024	Wtorek 06.08.2024	Środa 07.08.2024	Czwartek 08.08.2024	Piątek 09.08.2024
ŚNIADANIE Płatki gryczane z mlekiem 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Ogonówka 60g Dyńa gotowana 120g Natka pietruszki 5 g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>Zupa dla oddziału dziecięcego: kaszka kukurydziana na mleku 200g</u> <u>1,3,7</u>	ŚNIADANIE Płatki jaglane z mlekiem 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Pasta z soczewicy 100g Burak gotowany plastry 120g Rukola 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1,3,7,9</u>	ŚNIADANIE Płatki owsiane błyskawiczne na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Twarożek ze szczypiorkiem 100g Pomidor 120 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1,7</u>	ŚNIADANIE Płatki owsiane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Dżem 30g Ser żółty 60g Masło 16,6g Marchew gotowana z natką pietruszki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>Zupa dla oddziału dziecięcego: kasza manna na mleku</u> <u>1,3,7,9</u>	ŚNIADANIE Płatki owsiane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Połudwica wieprzowa luksusowa 60g Pomidor 120g Salata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>Zupa dla oddziału dziecięcego: płatki kukurydziane na mleku</u> <u>1,3,7</u>	ŚNIADANIE Ryż basmati na mleku 200g Szyńka z piersi kurczaka 60g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Salata 15 g Marchewki mini na parze 100 g <u>1,7</u>	ŚNIADANIE Dżem 60g Płatki jaglane mleku 200g Masło 16,6g Pomidor 120g Natka pietruszki 10 g ser biały 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) <u>1,7</u>
II ŚNIADANIE Mus owocowy 100g	II ŚNIADANIE Wafle ryżowe 30g	II ŚNIADANIE Banan 120g	II ŚNIADANIE Melon 120g	II ŚNIADANIE Kefir naturalny 150g <u>7</u>	II ŚNIADANIE mus owocowy 120g	II ŚNIADANIE kanapka z szunką wiejską i ogórkiem kiszonym <u>1,7</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa buraczkowa z ziemniakami 400g Spaghetti bolońskie bz cebulii czosnku 300g Mix sałat z musztardowym dressingiem 50 g Kompot 200 ml <u>1,3,7,9</u>	Rosół makaronem, marchewką i natka pietruszki 400g Ziemniaki z koperkiem 300g Schab duszony w sosie 140g Marchewka z groszkiem 120g Kompot 200 ml <u>1,3,7,9</u>	Zupa pomidorowa bez śmietany z ryżem basmati 400g Makaron pszenny z jogurtem naturalnym z borówką 300g Kompot 200ml <u>1, 3, 7</u>	Zupa ogórkowa bz śmietany 400g Gulasz drobiowy z indyka z marchewką 140g Kassa jęczmienna 200g Buraczki gotowane 140g Kompot 200ml <u>1,7,9</u>	Zupa brokułowa bz śmietany z makaronem 400g Siekane gołąbki na parze w sosie własnym 140g Surówka z tartej marchewki 140g ryż basmati 200g Kompot 200 ml <u>1,3,9</u>	Żurek z jajkiem bz śmietany 400g Kaszotto ze szpinakiem i mozzarellą 300g Kompot 200 ml <u>1,7,9</u>	Krupnik z ryżem 400g Ryba z warzywami gotowana na parze 140g Kasza bulgur 200g sałata z jogurtem naturalnym 120g Kompot 200 ml <u>1,3, 4,7,9</u>
PODWIECZOREK Maślanka owocowa 200ml <u>7</u>	PODWIECZOREK Jogurt naturalny 150g <u>7</u>	PODWIECZOREK Bułka z serem 80g <u>1, 3, 7</u>	PODWIECZOREK Tortilla pszenna z bieluchem, rukolą i pomidorem (1/2 sztuki tortilli) <u>1, 7</u>	PODWIECZOREK Kisiel owocowy 150g	PODWIECZOREK Serek homogenizowany waniliowy 150g <u>7</u>	PODWIECZOREK Chaika z kruszonką 80g <u>1,7</u>
Podwieczorek dla dzieci Biszkopty 30g <u>1, 3, 7</u>	Podwieczorek dla dzieci Jogurt owocowy 150 g	Podwieczorek dla dzieci Bułka z serem 80g <u>1, 3, 7</u>	Podwieczorek dla dzieci Galaretka z owocami 150g	Podwieczorek dla dzieci Kisiel owocowy 150 g	Podwieczorek dla dzieci Serek homogenizowany waniliowy 150g <u>7</u>	Podwieczorek dla dzieci Chaika z kruszonką 80g <u>1, 3, 7</u>

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.

KOLACJA Sobota	KOLACJA Niedziela	KOLACJA Poniedziałek	KOLACJA Wtorek	KOLACJA Środa	KOLACJA Czwartek	KOLACJA Piątek
Szynka bankietowa 60g pomidor 120g Roszponka 15 g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) 1,7	Paszтет warzywny 80g Mix warzyw gotowanych 100 g Sałata 10g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) 1,3,7,9	Szynka wiejska 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Pieczywo mieszane 90g Igórek małosolny 100g Sałata 10g Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) 1,7	Pomidor 120g Natka pietruszki 15 g Szynka z piersi kurczaka 60g jajko gotowane 1 szt Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) 1,7	Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) pasta rybna (z tunczykiem) 100g zielone oliwki drylowane z sałata 40 g 1,7,9	Polędwica sopocka 60g Cukinia na parze z ziołami 80g Pomidor 60g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) 1,7	Marchew gotowana z natka pietruszki 80g Jajko gotowane 60 g Ser gouda light 30g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) 1,7
K: 2356.8 / B: 91.7 T: 85.0 / WP: 288.1 F: 26.6 / WW: 28.5	K: 2386.8 / B: 105.7 T: 77.5 / WP: 297.9 F: 26.4 / WW: 29.6	K: 2331.7 / B: 100.6 T: 68.9 / WP: 297.8 F: 37.4 / WW: 29.8	K: 2387.9 / B: 104.4 T: 73.0 / WP: 305.5 F: 38.1 / WW: 30.5	K: 2418.4 / B: 95.9 T: 74.7 / WP: 321.7 F: 32.9 / WW: 31.9	K: 2373.3 / B: 95.8 T: 79.2 / WP: 298.6 F: 29.7 / WW: 29.7	K: 2301.2 / B: 108.9 T: 77.2 / WP: 273.8 F: 28.6 / WW: 27.4

ALERGENY:

- Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne;
- Skorupiaki i produkty pochodne;
- Jaja i produkty pochodne;
- Ryby i produkty pochodne;
- Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
- Soja i produkty pochodne;
- Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą);
- 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;
- Seler i produkty pochodne;
- Gorczyca i produkty pochodne;
- Nasiona sezamu i produkty pochodne;
- 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;
- Łubin i produkty pochodne;
- 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.