

DIETA ŁATWOSTRAWNA (04-10.05.2024r.) - ALERGENY

Sobota 04.05.2024 r	Niedziela 05.05.2024 r	Poniedziałek 06.05.2024 r	Wtorek 07.05.2024 r	Środa 08.05.2024 r	Czwartek 09.05.2024 r	Piątek 10.05.2024r
ŚNIADANIE Platki orkiszowe z mlekiem 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Marchewka gotowana z 120g Ser żółty 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Mus gruszkowy 100g	ŚNIADANIE Platki jaglane z mlekiem 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g pasztet pieczony 80g Pomidor bz skórki 120g Saata 15 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych sok marchwiowy przecierany 250ml	ŚNIADANIE Platki jęczmienne błyskawiczne z mlekiem 200g Jako gotowane 1 sztuka 50g Szynka drobiowa 50 g dynia na parze z roszonek 120g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych jogurt naturalny 150g + borówka (50g) (7)	ŚNIADANIE Platki owsiane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Poledwica z piersi kurczaka 60g Marchewka na parze z koperkiem 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Banan 100 g	ŚNIADANIE Kasza jaglana na mleku 200g oliwki 45 sztuk (40g) twarożek wiejski 100g dżem 30g Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych melon 140g	ŚNIADANIE Ryż basmati na mleku 200g Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) szynkowa 60g Pomidor bz skórki 120g kiekami brokuła 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Bułka pszenna z szynką i pomidorem b/skóry 2szt (1,7)	ŚNIADANIE Zacierka razowa na mleku 200g Dynia na parze z bazylią 120g Masło 16,6g ser żółty 60g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych jabłko gotowane 100g
OBIAD Barszcz czerwony z ziemniakami 400g Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot 200 ml (1, 7, 9) PODWIECZOREK Bułka pszenna z serkiem bieluch I ogórkiem kiszonym (1,7) Podwieczorek dla dzieci Jogurt owocowy 150g (7)	OBIAD Rosół z makaronem durum, marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki z koperkiem 300g Schab duszony w sosie własnym 140g fasolka szparagowa na parze 140g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK Banan 100g Podwieczorek dla dzieci serek owocowy 120g (7)	OBIAD Barszcz biały z białą kielbaską 400g gulasz drobiowy z indyka z marchewką 140g kasza orkiszowa z warzywami 300g sałata z jogurtem naturalnym (150g) Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK Babka piaskowa 80 g (1,7) Podwieczorek dla dzieci wafle ryżowe 20g z dżemem 30 g	OBIAD Zupa szczawiowa z jajkiem bez mąki i śmietany 400g grzankami 20 g Gotowane udko z kurczaka bez skóry w potrawce z woszczynny 160g Buraczki z cytryną 140g Ryż paraboliczny na sytko z pesto z natki pietruszki 200g Kompot 200 ml PODWIECZOREK Gruszka gotowana (100g) Podwieczorek dla dzieci sok owocowy 200ml	OBIAD Zupa koperkowa z ryżem 400g Brokuł na parze 140g ziemniaki 300g filet z kurczaka w sosie własnym z marchewką 140g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK Ciastka kruche z marmoladą 50g (1,7) Podwieczorek dla dzieci wafelek śmietankowy 140g (1,7)	OBIAD Zupa marchewkowo -dyniowa z lanymi kluseczkami 400g Kasza jęczmienna gotowana na sytko z kukurydzą i groszkiem 200g Stek wieprzowy na parze 140g Mix warzyw na parze 140g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK Serek homogenizowany waniliowy 150g (7) Podwieczorek dla dzieci Serek homogenizowany waniliowy 150 g (7)	OBIAD Krupnik 400g Ziemniaki 300g kotlety na parze 140g Marchew gotowana słupki 140g Kompot 200 ml (1, 3, 4, 7, 9) PODWIECZOREK galaretka owocowa 150g Podwieczorek dla dzieci Galaretka owocowa 150 g

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 04.05.2024	KOLACJA 05.05.2024	KOLACJA 06.05.2024	KOLACJA 07.05.2024	KOLACJA 08.05.2024	KOLACJA 09.05.2024	KOLACJA 10.05.2024
Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Filet z piersi kurczaka 60g seler na parze z koperkiem 120g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta twarogowa 100 g Cukinia na parze z bazylią 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) marchewka na parze z natką pietruszki 120g połędwica wieprzowa luksusowa 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Masło 16,6g, Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Szynka konserwowa 60g Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g, Ogórek kiszony 60 g, herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) szynka wiejska 30g (90g) Jajko gotowane 50 g Pomidor z natką pietruszki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Szynka z udźca z kurczaka 60g Cukinia z ziołami na parze 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) seler 100g burak gotowany plastry z rozspanką 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)
K: 2395.0/B: 96.2 T: 64.3/WP: 338.0 F: 31.6/WW: 34.0	K: 2270.6/B: 93.3 T: 73.4/WP: 291.3 F: 29.8/WW: 28.9	K: 2402.4/B: 101.6 T: 80.1/WP: 295.1 F: 39.7/WW: 29.6	K: 2353.6/B: 102.5 T: 74.0/WP: 298.3 F: 35.3/WW: 29.5	K: 2245.2/B: 109.6 T: 55.6/WP: 308.0 F: 32.6/WW: 30.6	K: 2372.5/B: 105.0 T: 81.7/WP: 286.3 F: 27.5/WW: 28.3	K: 2206.9/B: 93.4 T: 72.6/WP: 274.0 F: 33.9/WW: 27.2

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.