

DIETA ŁATWOSTRAWNA - ALERGENY (09-15.11.2024R.)

Sobota 09.11.2024 r	Niedziela 10.11.2024	Poniedziałek 11.11.2024	Wtorek 12.11.2024	Środa 13.11.2024	Czwartek 14.11.2024	Piątek 15.11.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Płatki ryżowe na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) ; Masło 16,6g Ser biały 100g Cukinia i dynia na parze 120g; herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 4, 7)	Płatki orkiszowe z mlekiem 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Szynka z indyka 60g; Mix warzyw gotowanych 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)	Płatki owsiane błyskawiczne na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Polędwica sopočka 60g Oliwki zielone bez pestek 4-5 szt, sałata 20g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Płatki jęczmienna na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Sałatka ryżowa z kurczakiem 120g Burak na parze 110g, sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7) Dla oddziału dziecięcego: płatki kukurydziane na mleku (7)	Ryż basmati na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Paszтет pieczony 80g Dyńa gotowana 110g; sałata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Płatki jaglane na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Polędwiczki kurczaka 60g Ogórek kiszony bez skóry 100 g Sałata 20 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Kasza owsiana na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Dżem 60g Serek wiejski 100g Pomidor bez skórki z natką pietruszki 120 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7) Dla oddziału dziecięcego kasza manna na mleku (7)
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
Jogurt owocowy 150g (7)	Kisiel owocowy 100g	Budyń jaglany 150g (7)	Mus owocowy 150 g	Ciastka maślane 50g (1, 7)	Sok przecierowy marchwiowo – bananowy (200g) (9)	Bułka pszenna z pastą jajeczną i sałatką 1 szt (1, 3, 7)
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa marchewkowa z lanymi kluseczkami z mąki pszennej 400g Kasza jęczmienna 200g Pulpety z mięsa z indyka w sosie koperkowym 140g Burak gotowany w plastrach z sosem vinegret 150g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) <u>Podwieczorek dla dzieci</u> Ciasto jogurtowe 80g (1, 3, 7) <u>Podwieczorek dla dorosłych</u> Ciasto jogurtowe 80g (1, 3, 7)	Rosół z makaronem durum, marchewką i natką pietruszki 400g Ryż basmati 200g Schab pieczony z ziołami polany sosem warzywnym 140g Brokuł na parze 150g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) <u>Podwieczorek dla dzieci</u> Banan 120g <u>Podwieczorek dla dorosłych</u> Banan 120g	Zupa ogórkowa bz śmietany i mąki z ziemniakiem 400g Kasza kus kus 200g Duszona pierś z kurczaka w sosie z zielonym groszkiem 140g Surówka z dyni, marchewki, jabłka 150g Kompot 250 ml (1, 7, 9) <u>Podwieczorek dla dzieci</u> Biszkopty 30 g (1,7) <u>Podwieczorek dla dorosłych</u> Bułka kajzerka z bieluchem i sałatką (1, 7)	Zupa fasolowa bez śmietany i mąki 400g Ziemniaki gotowane 300g z jajem sadzonym (2 szt.) Sałata z jogurtem naturalnym (150g) Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) <u>Podwieczorek dla dzieci</u> Chrupki kukurydziane 30g <u>Podwieczorek dla dorosłych</u> Wafle ryżowe 30 g z dżemem niskosłodzonym 30g	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g Ziemniaki gotowane 300g z jajem sadzonym (2 szt.) Sałata z jogurtem naturalnym (150g) Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) <u>Podwieczorek dla dzieci</u> Sok owocowy 200ml <u>Podwieczorek dla dorosłych</u> Chrupki kukurydziane 30 g	Zupa pieczarkowa bez mąki z makaronem durum 400g Ryż z duszonymi warzywami i kurczakiem 350g Fasolka szparagowa 150 g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) <u>Podwieczorek dla dzieci</u> Serek homogenizowany smakowy 150g (7) <u>Podwieczorek dla dorosłych</u> Serek homogenizowany smakowy 150g (7)	Zupa pomidorowa z makaronem bz śmietany 400g Ziemniaki 300g Filet z miruny gotowany na parze z natką pietruszki 140g Bukiet warzyw na parze (marchew kalafior, brokuł) 150g Kompot 250 ml (1, 3, 4, 7, 9) <u>Podwieczorek dla dzieci</u> Mus jabłkowy 120 g <u>Podwieczorek dla dorosłych</u> Mus jabłkowy 120 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	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) ; Masło 16,6g Polędwica wieprzowa luksusowa 60g Pomidor bez skórki 120g Sałata 10 g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g; Pasta rybna z tuńczykiem 100 g Marchewka gotowana z koperkiem 120g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1,4,7)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Pasta twarogowo-jajeczna 100g Pomidor bez skórki 110g, roszponka 10g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) ; Masło 16,6g Polędwiczka indyka 30g Jajko gotowane na miękko 1 szt. Mix warzyw na parze z koperkiem 120g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 9)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Białoser 100g; Pomidor bez skórki z natką pietruszki 120g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) ; Masło 16,6g Pasta jajeczna z jogurtem naturalnym 100g Cukinia grillowana z tymiankiem 120g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) , Masło 16,6g; Ser żółty 60g , sałata 15 g Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g; herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)
K: 2304.1/B: 95.2 T: 75.7/WP: 288.5 F: 31.0/WW: 28.5	K: 2314.1/B: 98.2 T: 73.8/WP: 296.6 F: 32.5/WW: 29.6	K: 2374 /B: 97 T: 64.1/WP: 286.7 F: 37.7/WW: 28.6	K: 2369.5/B: 93.8 T: 71.6/WP: 319.6 F: 27.3/WW: 31.8	K: 2235.3 /B: 92.7 T: 75.9/WP: 274.4 F: 33.7/WW: 27.2	K: 2387.8 /B: 92.2 T: 69.8/WP: 329.2 F: 27.8/WW: 32.7	K: 2156.3/B: 101.4 T: 66.1/WP: 273.4 F: 24.7/WW: 27.1

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.