

DIETA ŁATWOSTRAWNA - ALERGENY (12-18.10.2024R.)

Sobota 12.10.2024 r	Niedziela 13.10.2024	Poniedziałek 14.10.2024	Wtorek 15.10.2024	Środa 16.10.2024	Czwartek 17.10.2024	Piątek 18.10.2024
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)	ŚNIADANIE Płatki orkiszowe z mlekiem 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Brokuł gotowany na parze z bazylią 120g Pasta rybna z tuńczykiem 100 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	ŚNIADANIE Płatki owsiane błyskawiczne na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Połędwica sopocka 60g Pomidor bez skórki 110 g Kiełki brokuła 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	ŚNIADANIE Płatki ryżowe 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)	ŚNIADANIE Ryż biały na mleku 300g Dyńnię gotowana 110g; sałata 10 g Paszet pieczone 80g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	ŚNIADANIE Płatki jaglane na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Połędwica z piersi kurczaka 60g Ogórek kiszony bez skóry 100 g Sałata 20 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	ŚNIADANIE 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)
II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 150g (7)	II ŚNIADANIE Masłanka owocowa 150g (7)	II ŚNIADANIE Budyń jaglany bez cukru 150g	II ŚNIADANIE Kisiel owocowy 150 g	II ŚNIADANIE Ciastka maślane 50g (1, 7)	II ŚNIADANIE Sok przecierowy marchwiowo – bananowy (200g) (9)	II ŚNIADANIE Bułka pszenna z pastą jajeczną i serek wiejskim 1 szt (1.7)
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa marchewkowa z lanymi kluseczkami z mąki pszennej 400g pulpety wieprzowe gotowane w sosie koperkowym 140g Kasza jęczmienna 200g Burak gotowany w plasterkach z sosem vinegret 150g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) Podwieczorek dla dzieci Biszkopty (1,7) Podwieczorek dla dorosłych Ciasto jogurtowe 80g (1.7)	Rosół z makaronem durum, marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki 200g Schab pieczony z ziołami polany sosem warzywnym 140g Brokuł na parze 150g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) Podwieczorek dla dzieci banan 120g Podwieczorek dla dorosłych banan 120g	Zupa ogórkowa bez śmietany i mąki z ziemniakiem 400g Duszona pierś z kurczaka w sosie z zielonym groszkiem 140g Kasza kus kus 200g Surówka z dyni i marchewki, jabłka 150g Kompot 250 ml (1, 7, 9) Podwieczorek dla dzieci Melon 150 g Podwieczorek dla dorosłych Melon 150g	Zupa fasolowa bez śmietany i mąki 400g Pierogi z mąki pszennej z mięsem drobiowo-wieprzowym gotowane 250g Sałata lodowa z pomidorem i vinegretem 150 g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) Podwieczorek dla dzieci Sok owocowy 200 ml Podwieczorek dla dorosłych Wafleryżowe 30 g z dżemem niskosłodzonym 30g	Zupa bułkowa bez śmietany z kurczakiem 400g Ziemniaki gotowane 300g z jajem sadzonym (2 szt.) Sałata z jogurtem naturalnym (150g) Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) Podwieczorek dla dzieci chrupki kukurydziane 30 g Podwieczorek dla dorosłych 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) Podwieczorek dla dzieci galaretkę owocową 150 ml Podwieczorek dla dorosłych serek homogenizowany 150g (7)	Zupa pomidorowa z makaronem bez śmietany 400g Ziemniaki 300g Filet z miruny gotowany na parze z natką pietruszki 140g Bukiet warzyw na parze (marchewka kalafior) 150g Kompot 250 ml (1, 3, 4, 7, 9) Podwieczorek dla dzieci Mus jabłkowy 120 g Podwieczorek dla dorosłych Mus jabłkowy 120 g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) ; Masło 16,6g Połędwica wieprzowa luksusowa 60g Pomidor bez skórki 120g Natka pietruszki 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g; Szynka z indyka 60g; Marchewka gotowana z koperkiem 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,7)	Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasztet pieczony 80g; Cukinia gotowana z bazylią 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) ; Masło 16,6g Połędwica z indyka 30g Jajko gotowane na miękko 1 szt. Seler na parze z koperkiem 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Biały ser 100g Pomidor bez skórki z natką pietruszki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) ; Masło 16,6g Pasta jajeczna z jogurtem naturalnym 100g; Buraki na parze 120 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) , Masło 16,6g; Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g; Sałata 15 g ser żółty 60g 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: 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:

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.