

DIETA ŁATWOSTRAWNA (13.01-19.01.2024r.) - ALERGENY

Sobota 13.01.2024 r	Niedziela 14.01.2024 r	Poniedziałek 15.01.2024 r	Wtorek 16.01.2024 r	Środa 17.01.2024 r	Czwartek 18.01.2024 r	Piątek 19.01.2024 r
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Platki orkiszowe z mlekiem 200g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g Marchewka gotowana z 120g Ser żółty 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Platki jaglane z mlekiem 200g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g pasztet pieczony 80g Pomidor b/skórki 120g Saata 15 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Platki jęczmienne błyskawiczne z mlekiem 200g polędwica wieprzowa luksusowa 60g dynia na parze z rozspanką 120g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Platki owsiane na mleku 200g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g Polędwica z piersi kurczaka 60g Pietruszka na parze z koperkiem 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)	Kasza jaglana na mleku 200g seler na parze 100g twarożek wiejski 100g dżem 30g Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Ryż basmati na mleku 200g Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g szynkowa 60g Pomidor b/skórki 120g kiekami brokuła 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,7)	Zacierka razowa na mleku 200g Dyńia na parze z bazylią 120g Masło 16,6g ser żółty 60g Pieczywo mieszane 90g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)
II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Mus gruszkowy 100g	II Śniadanie dla dzieci i dorosłych sok warzywny 250ml	II Śniadanie dla dzieci i dorosłych jogurt owocowy 140g (7)	II Śniadanie dla dzieci i dorosłych kanapka z pieczywa pszennego z szynką i pomidorem b/skóry 2szt (1,7)	II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Kisiel owocowy 150g	II Śniadanie dla dzieci chrupki kukurydziane 30g II śniadanie dla dorosłych Banan 100 g	II Śniadanie dla dzieci i dorosłych jabłko gotowane 100g
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zalewajka z ziemniakami bez mąki i śmietany 400g Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot 200 ml (1, 7, 9)	Rosół z makaronem durum, marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki z koperkiem 200g Schab duszony w sosie własnym 140g fasolka szparagowa na parze 140g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g gulasz drobiowy 140g kasza orkiszowa z warzywami 300g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa szczawiowa z jajkiem bez mąki i śmietany 400g z grzankami 20 g Gotowane udko z kurczaka 140g Buraczki z cytryną 140g Kasza jęczmienna, perłowa z pesto z natki pietruszki 200g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa koperkowa z ryżem 400g Brokuł na parze 140g ziemniaki 200g wątróbka drobiowa 140g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa marchewkowo -dyniowa z lanymi kluseczkami 400g Kasza jaglana z kukurydzą i groszkiem 200g Stek wieprzowy na parze 140g Mix warzyw na parze 140g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Krupnik 400g Ziemniaki 200g kotlety na parze 140g Marchew gotowana z groszkiem 140g Kompot 200 ml (1, 3, 4, 7, 9)
PODWIECZOREK Jogurt naturalny 150g (7)	PODWIECZOREK Banan 100g	PODWIECZOREK Jabłko gotowane 100g	PODWIECZOREK Babka piaskowa 80 g (1,7)	PODWIECZOREK Bułka z kruszonką 80g (1,7)	PODWIECZOREK Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)	PODWIECZOREK galaretka owocowa 150g
Podwieczorek dla dzieci Biszkopty 30g (1)	Podwieczorek dla dzieci serek owocowy 120g (7)	Podwieczorek dla dzieci wafle ryżowe 20g z dżemem 30 g	Podwieczorek dla dzieci sok owocowy 200ml	Podwieczorek dla dzieci wafelek śmietankowy 140g (1,7)	Podwieczorek dla dzieci Serek homogenizowany waniliowy 150 g (7)	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 Sobota 13.01.2024	KOLACJA Niedziela 14.01.2024	KOLACJA Poniedziałek 15.01.2024	KOLACJA Wtorek 16.01.2024	KOLACJA Środa 17.01.2024	KOLACJA Czwartek 18.01.2024	KOLACJA Piątek 19.01.2024
Pieczywo mieszane 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 Pieczywo mieszane 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 Pieczywo mieszane 90g Pasta jajeczna 100g marchewka na parze z natką pietruszki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Masło 16,6g Pieczywo mieszane 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 Pieczywo mieszane 90g szynka wiejska 30g Jajko gotowane 50 g Pomidor z natką pietruszki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Pieczywo mieszane 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 Pieczywo mieszane 90g seler 100g Pomidor bz skórki 120g Kielki brokuła 10 g 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.