

DIETA ŁATWOSTRAWNA - ALERGENY (14.09.-20.09.2024R.)

Sobota 14.09.2024 r	Niedziela 15.09.2024	Poniedziałek 16.09.2024	Wtorek 17.09.2024	Środa 18.09.2024	Czwartek 19.09.2024	Piątek 20.09.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Platki ryżowe na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser biały 100g Cukinia na parze 130g Sałata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 4, 7)	Platki 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) ZUPA DLA ODDZ. DZIECIĘCEGO: płatki kukurydziane z mlekiem (1, 7)	Platki owsiane błyskawiczne na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Połędwica sopocka 60g Mix sałat z pomidorem I natką pietruszki 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Platki orkiszowe na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Sałatka ryżowa z kurczakiem 120g Brokuł na parze 100g Sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7) ZUPA DLA ODDZ. DZIECIĘCEGO: kasza mączna na mleku	Ryż biały na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Pasztet pieczony 80g Dyń gotowana 100g Sałata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Platki jaglane na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Połędwica z piersi kurczaka 60g Cukinia na parze z ziołami i koperkiem 130g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Kluski lane na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Dżem 60g Serek wiejski 100g (kubek) Pomidor bez skórki 80g Sałata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
Jogurt naturalny 150g (7)	Banan 100g	Kefir naturalny 150 g (7)	Maca z mąki pszennej 20g z dżemem niskosłodzonym 30 g (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Sok przecierowy marchwiowo – bananowy (200g) (9)	Bułka pszenna z pastą z fasoli i ketchupem 1 szt (1, 7)
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa marchewkowa z lanymi kluseczkami z mąki pszennej 400g Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym 140g Kasza jęczmienna 200g Burak gotowany w plasterkach z sosem vinegret 170g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Rosół z makaronem durum, marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki 200g Schab pieczony z ziołami polany sosem warzywnym 140g Sałata z jogurtem 100g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa ogórkowa bez śmietany i mąki z ziemniakiem 400g Duszona pierś z kurczaka w sosie z zzielonym groszkiem 140g Kasza kus kus 200g Surówka z drożdżami, marchewki, jabłka 150g Kompot 250 ml (1, 7, 9)	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)	Zupa bułwowa bez śmietany z kurczakiem 400g Gotowane udko z włoszczyzną 140 g Ziemniaki gotowane 300g Tagiatelle warzywne z duszonej cukini I papryki 150g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pieczarkowa bez mąki z makaronem durum 400g Ryż z warzywami i kurczakiem 300g Brokuł I kalafior gotowany 150 g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pomidorowa z makaronem bez śmietany 400g Ziemniaki 300g Ryba po grecku 140g Fasolka szparagowa gotowana 150g Kompot 250 ml (1, 3, 4, 7, 9)
Podwieczorek dla dzieci Chałka z kruszonką (1, 3, 7)	Podwieczorek dla dzieci Budyń 140g (7)	Podwieczorek dla dzieci Chrupki kukurydziane 30g	Podwieczorek dla dzieci Kisiel owocowy 150g	Podwieczorek dla dzieci Mus owocowy 100 g	Podwieczorek dla dzieci Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)	Podwieczorek dla dzieci Galaretka z owocami 150 g
Podwieczorek dla dorosłych Chałka z kruszonką 80g (1,7)	Podwieczorek dla dorosłych Budyń jaglany 150g	Podwieczorek dla dorosłych Bułka kajzerka z wędliną drobiową I ogórkiem małosolnym (1,7)	Podwieczorek dla dorosłych Kisiel owocowy 150g	Podwieczorek dla dorosłych Mus owocowy 100g	Podwieczorek dla dorosłych Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)	Podwieczorek dla dorosłych Galaretka z owocami 150g

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
Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Połędwica wieprzowa luksusowa 60g Pomidor bez skórki 100g Sałata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta rybna z tuńczykiem 100 g Marchewka gotowana z koperkiem 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,7)	Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Twarożek ze szczypiorkiem 100 g Pomidor bez skórki 100g Sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Połędwica z indyka 30g Jajko gotowane na miękko 1 szt. Marchewka mini gotowana 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3)	Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Biały ser 100g Pomidor bez skórki z natką pietruszki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta jajeczna z jogurtem naturalnym 100g Buraki na parze 120 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Ser żółty 60g Sałata jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g Sałata 15 g 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.

