

## DIETA ŁATWOSTRAWNA (16-22.12.2023 r.) - ALERGENY

Sobota 16.12.2023 r	Niedziela 17.12.2023 r	Poniedziałek 18.12.2023 r	Wtorek 19.12.2023 r	Środa 20.12.2023 r	Czwartek 21.12.2023 r	Piątek 22.12.2023 r
<b>ŚNIADANIE</b> Płatki 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)  <b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> Mus gruszkowy 100g	<b>ŚNIADANIE</b> Płatki 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)  <b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> sok warzywny 250ml	<b>ŚNIADANIE</b> Płatki 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)  <b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> jogurt owocowy 140g (7)	<b>ŚNIADANIE</b> Płatki 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)  <b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> kanapka z pieczywa pszennego z szynką i pomidorem b/skóry 2szt (1,7)	<b>ŚNIADANIE</b> 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)  <b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> Kisiel owocowy 150g	<b>ŚNIADANIE</b> Ryż basmatina 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)  <b>II Śniadanie dla dzieci</b> chrupki kukurydziane 30g II śniadanie dla dorosłych Banan 100 g	<b>ŚNIADANIE</b> Zacierka razowa na mleku 200g Dyńna na parze z bazylią 120g Masło 16,6g ser żółty 60g Pieczywo mieszane 90g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka  (1, 3, 7)  <b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> jablko gotowane 100g
<b>OBIAD</b> Zalewajka z ziemniakami bez mąki i śmietany 400g Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot 200 ml  (1, 7, 9)  <b>PODWIECZOREK</b> Jogurt naturalny 150g (7)  <b>Podwieczorek dla dzieci</b> Mus owocowy 140g	<b>OBIAD</b> 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)  <b>PODWIECZOREK</b> Banan 100g  <b>Podwieczorek dla dzieci</b> serek owocowy 120g (7)	<b>OBIAD</b> Barszcz czerwony z ziemniakami 400g gulasz drobiowy 140g kasza orkiszowa z warzywami 300g Kompot 200 ml  (1, 3, 7, 9)  <b>PODWIECZOREK</b> Jablko gotowane 100g  <b>Podwieczorek dla dzieci</b> wafle ryżowe 20g z dżemem 30 g	<b>OBIAD</b> 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)  <b>PODWIECZOREK</b> Babka piaskowa 80 g (1,7)  <b>Podwieczorek dla dzieci</b> sok owocowy 200ml	<b>OBIAD</b> Zupa koperkowa z ryżem 400g Brokuł na parze 140g ziemniaki 200g wątróbka drobiowa 140g Kompot 200 ml  (1, 3, 7, 9)  <b>PODWIECZOREK</b> Bułka z kruszonką 80g (1,7)  <b>Podwieczorek dla dzieci</b> wafelek śmietankowy 140g (1,7)	<b>OBIAD</b> 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)  <b>PODWIECZOREK</b> Serek homogenizowany 150g (7)  <b>Podwieczorek dla dzieci</b> Serek homogenizowany waniliowy 150 g (7)	<b>OBIAD</b> Krupnik 400g Ziemniaki 200g kotlety rybne na parze 140g Marchew gotowana słupki 140g Kompot 200 ml  (1, 3, 4, 7, 9)  <b>PODWIECZOREK</b> galaretki owocowa 150g  <b>Podwieczorek dla dzieci</b> Galaretki 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 16.12.2023	KOLACJA Niedziela 17.12.2023	KOLACJA Poniedziałek 18.12.2023	KOLACJA Wtorek 19.12.2023	KOLACJA Środa 20.12.2023	KOLACJA Czwartek 20.12.2023	KOLACJA Piątek 21.12.2023
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 brokoła 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

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.

**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 SO<sub>2</sub> 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.