

# DIETA ŁATWOSTRAWNA - ALERGENY (17-23.08.2024R.)

Sobota 17.08.2024 r	Niedziela 18.08.2024	Poniedziałek 19.08.2024	Wtorek 20.08.2024	Środa 21.08.2024	Czwartek 22.08.2024	Piątek 23.08.2024
<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>
Platki ryżowe na mleku 200g Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Ser biały 100g Cukinia na parze 130g Salata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 4, 7)	Platki orkiszowe z mlekiem 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Szyunka z indyka 60g Mix warzyw gotowanych 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7) <b>ZUPA DLA ODDZ. DZIECIĘCEGO:</b> płatki kukurydziane z mlekiem (1, 7)	Platki owsiane błyskawiczne na mleku 200g 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 200g Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Salata ryżowa z kurczakiem 120g Brokuł na parze 100g Salata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7) <b>ZUPA DLA ODDZ. DZIECIĘCEGO:</b> kasza mnnanna na mleku	Ryż kasza na mleku 200g Dyńa gotowana 100g Salata 10 g Paszтет pieczony 80g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Platki jaglane na mleku 200g Cukinia na parze z ziołami i koperkiem 130g Połędwica z piersi kurczaka 60g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Kluski lane na mleku 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Dżem 60g serek wiejski 100g Pomidor bez skórki 80g Salata 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)
<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>
Jogurt naturalny 150g (7)	Maca z mąki pszennej 20g z dżemem niskosłodzonym 30 g (1)	Kefir naturalny 150 g (7)	Ciastka maślane 50 g (1, 3, 7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Sok przecierowy marchwiowo – bananowy (200g) (9)	Bułka pszenna z pastą z fasoli i ogorkiem kiszonym, ketchup 1 szt (1, 7)
<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>
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 200 ml (1, 3, 7, 9)	Rosół z makaronem durum, marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki 200g Schab pieczony z ziołami polany sosem warzywnym 140g Salata z jogurtem 100g Kompot 200 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 200 ml (1, 7, 9)	Zupa fasolowa bez śmietany I mąki pszennej 400g Pierogi z mąki pszennej z mięsem drobiowo-wieprzowym gotowane 250g Salata lodowa z pomidorem I vinegretem 150 g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa bułwowa bez śmietany z kurczakiem pszennym 400g Gotowane udko z włoszczyzna 140 g Ziemniaki gotowane 300g Tagiatelle warzywne z duszonej cukini I papryki 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pieczarkowa bez mąki z makaronem durum 400g Ryż z warzywami i kurczakiem 300g Fasolka szparagowa 150 g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pomidorowa z makaronem bez śmietany 400g Ziemniaki 300g Pulpety rybne z natką pietruszki 140g Marchewka gotowana 150g Kompot 200 ml (1, 3, 4, 7, 9)
Podwieczorek dla dzieci Chałka z kruszonką (1, 3, 7)	Podwieczorek dla dzieci Budyń 140g (7)	Podwieczorek dla dzieci Arbuz 150g	Podwieczorek dla dzieci Kisiel owocowy 150g	Podwieczorek dla dzieci Banan 100 g	Podwieczorek dla dzieci Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)	Podwieczorek dla dzieci Galaretka z owocami (borówkami) 150 g
Podwieczorek dla dorosłych Chałka z kruszonką 80g (1,7)	Podwieczorek dla dorosłych Budyń jaglany 150g	Podwieczorek dla dorosłych Arbuz 150g	Podwieczorek dla dorosłych Kisiel owocowy 150g	Podwieczorek dla dorosłych Banan 100g	Podwieczorek dla dorosłych serek homogenizowany waniliowy 150g (7)	Podwieczorek dla dorosłych Mus owocowy 100g

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 Sałatka 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,
- Orzechy 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 SO<sub>2</sub> 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.