

DIETA ŁATWOSTRAWNA(21.09-27.09.2024r.) - ALERGENY

Sobota 21.09.2024	Niedziela 22.09.2024	Poniedziałek 23.09.2024	Wtorek 24.09.2024	Środa 25.09.2024	Czwartek 26.09.2024	Piątek 27.09.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Płatki orkiszowe z mlekiem 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser żółty gouda light 60g Marchewka gotowana 120g herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka (1, 7) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Arbuz bezpestkowy 140g	Płatki jaglane z mlekiem 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Paszтет pieczony 80g Pomidor b/skórki 120g Sałata 15 g herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka (1, 3, 7) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Jogurt naturalny 150g + borówka (50g)	Płatki jęczmienne błyskawiczne z mlekiem 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Jajo gotowane 1 sztuka 50g Szynka drobiowa 40 g Dyńia na parze z rozszponką 120g herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka <u>Zupa mleczna dla oddziału</u> dziecięcego: płatki kukurydziane na mleku 200 g (1, 3, 7) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Sok marchwiowy przecierany 250ml	Płatki owsiane na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Połędwica z piersi kurczaka 60g Pomidor bez skórki 120 g, Szczypiorek 10g herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka (1, 7, 9) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Wafle ryżowe 30 g	Kasza jaglana na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Serek wiejski 150g (kubeczek) Dżem 30g Oliwki 5-6 sztuk(40g) Sałata 10g herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka (1, 7) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Banan 120g	Ryż basmati na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Szynkowa 60g Pomidor b/skórki 100g Sałata lodowa 10g herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka (1,7) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Bułka pszenna z szynką i pomidorem b/skóry 2szt (1,7)	Zacierka na mleku 300g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser żółty gouda light 60g Ogórek małosolny 100g Rozszponka 20g herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka Zupa mleczna dla oddziału dziecięcego: kasza manna na mleku 200 g (1, 3, 7) II Śniadanie dla dzieci i dorosłych Jogurt owocowy 150g
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Barszcz biały z białą kielbaską 400g Ryż z jabłkami i cynamonem 300g Kompot 250 ml (1, 7, 9) PODWIECZOREK Bułka pszenna z serkiem bieluch i ogórkiem kiszonym (1,7) Podwieczorek dla dzieci Jogurt owocowy 150g (7)	Rosół z makaronem durum, marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki z koperkiem 300g Schab duszony w sosie własnym 140g Marchewka tarta z jabłkiem 140g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK Mus owocowy 100g Podwieczorek dla dzieci Mus owocowy 120g	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400g Kasza orkiszowa z warzywami 300g Gulasz drobiowy z indyka z marchewką 140g Sałata z jogurtem naturalnym (150g) Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK Babka piaskowa 80 g (1,3,7) Podwieczorek dla dzieci Babka piaskowa 80 g (1,3,7)	Zupa szczawiowa z jajkiem bez mąki i śmietany 400g z grzankami 20 g Ryż paraboliczny z pesto z natki pietruszki 200g Gotowane udko z kurczaka 140g Buraczki z cytryną 140g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK Kisiel owocowy 100 g Podwieczorek dla dzieci Kisiel owocowy 100 g	Zupa koperkowa z ryżem 400g Makaron pszenny 200g Filet z kurczaka w sosie własnym 140g Brokuł na parze 140g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK Serek homogenizowany waniliowy 150g (7) Podwieczorek dla dzieci Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)	Zupa marchewkowo-dyniowa z lanymi kluseczkami 400g Kasza jęczmienna z kukurydzą i groszkiem 200g Stek wieprzowy na parze 140g Mix warzyw na parze 140g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) PODWIECZOREK Ciastka kruche z marmoladą 50g (1, 3, 7) Podwieczorek dla dzieci Ciastka kruche z marmoladą 50g (1, 3, 7)	Krupnik z ryżem 400g Ziemniaki z koperkiem 300g Kotlety na parze 140g Marchew gotowana súpki 140g Kompot 250 ml (1, 3, 4, 7, 9) PODWIECZOREK Galaretka owocowa 150g 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	KOLACJA niedziela	KOLACJA poniedziałek	KOLACJA wtorek	KOLACJA środa	KOLACJA czwartek	KOLACJA piątek
Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Filet z piersi kurczaka 60g Mix warzyw na parze z koperkiem 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Pasta twarogowa 100 g Cukinia na parze z bazylią 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Poledwica wieprzowa luksusowa 60g Marchewka na parze z natką pietruszki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Szynka konserwowa 60g Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g Pomidor bz skórki z natką pietruszki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Szynka wiejska 30g Jajko gotowane 50 g Mix warzyw z selerem na parze z koperkiem 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Szynka z udźca z kurczaka 60g Cukinia z ziołami na parze 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Saba 100g Burak gotowany plastry z roszpoką 120g 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.