

# DIETA ŁATWOSTRAWNA(24.08-30.08.2024r.) - ALERGENY

| Sobota<br>24.08.2024   | Niedziela<br>25.08.2024  | Poniedziałek<br>26.08.2024  | Wtorek<br>27.08.2024  | Środa<br>28.08.2024   | Czwartek<br>29.08.2024   | Piątek<br>30.08.2024  |
|--|--|---|---|---|--|---|
| <b>ŚNIADANIE</b>   | <b>ŚNIADANIE</b>   | <b>ŚNIADANIE</b>  | <b>ŚNIADANIE</b>  | <b>ŚNIADANIE</b>  | <b>ŚNIADANIE</b>   | <b>ŚNIADANIE</b>  |
| Płatki orkiszowe z mlekiem 200g<br>Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g)<br>Masło 16,6g<br>Ser żółty gouda light 60g<br>Marchewka gotowana 120g<br>herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka<br><br>(1, 7)<br><br><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b><br>Arbuz bezpestkowy 140g | Płatki jaglane z mlekiem 200g<br>Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g)<br>Masło 16,6g<br>Paszтет pieczony 80g<br>Pomidor b/skórki 120g<br>Sałata 15 g<br>herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka<br><br>(1, 3, 7)<br><br><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b><br>Jogurt naturalny 150g + borówka (50g) | Płatki jęczmienne błyskawiczne z mlekiem 200g<br>Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g<br>Jajo gotowane 1 sztuka 50g<br>Szynka drobiowa 40 g<br>Dynia na parze z rozszponką 120g<br>herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka<br><u>Zupa mleczna dla oddziału</u><br>dziecięcego: płatki kukurydziane na mleku 200 g (1, 3, 7, 9)<br><br><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b><br>Sok marchwiowy przecierany 250ml | Płatki owsiane na mleku 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g)<br>Masło 16,6g<br>Połędwica z piersi kurczaka 60g<br>Pomidor bez skórki 120 g,<br>Szczypiorek 10g<br>herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka<br><br>(1, 7, 9)<br><br><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b><br>Wafle ryżowe 30 g                           | Kasza jaglana na mleku 200g<br>Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g)<br>Masło 16,6g<br>Serek wiejski 150g (kubeczek)<br>Dżem 30g<br>Oliwki 5-6 sztuk(40g)<br><del>Sałata 10g</del><br>herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka<br><br>(1, 7)<br><br><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b><br>Banan 120g | Ryż <del>basmati</del> na mleku 200g<br>Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g<br>Szynkowa 60g<br>Pomidor b/skórki 100g<br>Sałata <del>lodowa</del> 10g<br>herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka<br><br>(1,7)<br><br><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b><br>Bułka pszenna z szynką i pomidorem b/skóry 2szt (1,7)                  | Zacierka na mleku 200g<br>Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g)<br>Masło 16,6g<br>Ser żółty gouda light 60g<br>Ogórek małosolny 100g<br>Rozszponka 20g<br>herbata czarna 1szt/cukier 1 saszetka<br>Zupa mleczna dla oddziału dziecięcego: kasza manna na mleku 200 g (1, 3, 7)<br><br><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b><br>Jogurt owocowy 150g |
| <b>OBIAD</b>   | <b>OBIAD</b>   | <b>OBIAD</b>  | <b>OBIAD</b>  | <b>OBIAD</b>  | <b>OBIAD</b>   | <b>OBIAD</b>  |
| Barszcz biały z białą kielbaską 400g<br>Ryż z jabłkami i cynamonem 300g<br>Kompot 200 ml<br><br>(1, 7, 9)<br><br><b>PODWIECZOREK</b><br>Bułka pszenna z serkiem bieluch i ogórkiem kiszonym (1,7)<br><br><b>Podwieczorek dla dzieci</b><br>Jogurt owocowy 150g (7)                           | Rosół z makaronem durum, marchewką i natką pietruszki 400g<br>Ziemniaki z koperkiem 300g Schab duszony w sosie własnym 140g<br>Marchewka tarta z jabłkiem 140g<br>Kompot 200 ml<br><br>(1, 3, 7, 9)<br><br><b>PODWIECZOREK</b><br>Mus owocowy 100g<br><br><b>Podwieczorek dla dzieci</b><br>Mus owocowy 120g         | Barszcz ukraiński z ziemniakami 400g<br>Kasza orkiszowa z warzywami 300g<br>Gulasz drobiowy z indyka z marchewką 140g<br>Sałata z jogurtem naturalnym (150g)<br>Kompot 200 ml<br><br>(1, 3, 7, 9)<br><br><b>PODWIECZOREK</b><br>Babka piaskowa 80 g (1,3,7)<br><br><b>Podwieczorek dla dzieci</b><br>Babka piaskowa 80 g (1,3,7)  | Zupa szczawiowa z jajkiem bez mąki i śmietany 400g z grzankami 20 g<br>Ryż paraboliczny z pesto z natki pietruszki 200g<br>Gotowane udko z kurczaka 140g<br>Buraczki z cytryną 140g<br>Kompot 200 ml<br><br>(1, 3, 7, 9)<br><br><b>PODWIECZOREK</b><br>Kisiel owocowy 100 g<br><br><b>Podwieczorek dla dzieci</b><br>Kisiel owocowy 100 g | Zupa koperkowa z ryżem 400g<br>Makaron pszenny 200g<br>Filet z kurczaka w sosie własnym 140g<br>Brokuł na parze 140g<br>Kompot 200 ml<br><br>(1, 3, 7, 9)<br><br><b>PODWIECZOREK</b><br>Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)<br><br><b>Podwieczorek dla dzieci</b><br>Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)    | Zupa marchewkowo -dyniowa z lanymi kluseczkami 400g<br>Kasza jęczmienna z kukurydzą i groszkiem 200g<br>Stek wieprzowy na parze 140g<br>Mix warzyw na parze 140g<br>Kompot 200 ml<br><br>(1, 3, 7, 9)<br><br><b>PODWIECZOREK</b><br>Ciastka kruche z marmoladą 50g (1, 3, 7)<br><br><b>Podwieczorek dla dzieci</b><br>Ciastka kruche z marmoladą 50g (1, 3, 7) | Krupnik z ryżem 400g<br>Ziemniaki z koperkiem 300g<br><del>Kotlety na parze</del> 140g<br>Fasolka szparagowa gotowana 140g<br>Kompot 200 ml<br><br>(1, 3, 4, 7, 9)<br><br><b>PODWIECZOREK</b><br>Galaretki owocowa 150g<br><br><b>Podwieczorek dla dzieci</b><br>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   | KOLACJA niedziela  | KOLACJA poniedziałek  | KOLACJA wtorek   | KOLACJA środa  | KOLACJA czwartek   | KOLACJA piątek  |
|--|--|---|--|--|--|---|
| Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g)<br>Masło 16,6g<br>Filet z piersi kurczaka 60g<br>Mix warzyw na parze z koperkiem 120g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka<br>(1, 7) | Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g)<br>Masło 16,6g<br>Pasta twarogowa 100 g<br>Cukinia na parze z bazylią 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka<br>(1, 3, 7, 9) | Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g)<br>Masło 16,6g<br>Poledwica wieprzowa luksusowa 60g<br>Marchewka na parze z natką pietruszki 120g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka<br>(1, 3, 7) | Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g<br>Szynka konserwowa 60g<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g<br>Pomidorki koktajlowe 80g,<br>Sałata 10g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka<br>(1, 7) | Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g)<br>Masło 16,6g<br>Szynka wiejska 30g<br>Jajko gotowane 50 g<br>Pomidor białoskórki 1 szt/ pietruszki 120g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka<br>(1, 7) | Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g<br>Szynka z udźca z kurczaka 60g Cukinia z ziołami na parze 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka<br>(1, 7) | Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g<br>Sałata 100g<br>Burak gotowany plastry z rozszponką 120g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka<br>(1, 7) |
| K:2395.0/B:96.2<br>T:64.3/WP:338.0<br>F:31.6/WW:34.0   | K:2270.6/B:93.3<br>T:73.4/WP:291.3<br>F:29.8/WW:28.9   | K:2402.4/B:101.6<br>T:80.1/WP:295.1<br>F:39.7/WW:29.6   | K:2353.6/B:102.5<br>T:74.0/WP:298.3<br>F:35.3/WW:29.5  | K:2245.2/B:109.6<br>T:55.6/WP:308.0<br>F:32.6/WW:30.6  | K:2372.5/B:105.0<br>T:81.7/WP:286.3<br>F:27.5/WW:28.3  | K:2206.9/B:93.4<br>T:72.6/WP:274.0<br>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 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.