

DIETA ŁATWOSTRAWNA - ALERGENY (25-31.05.2024R.)

Sobota 25.05.2024 r	Niedziela 26.05.2024	Poniedziałek 27.05.2024	Wtorek 28.05.2024	Środa 29.05.2024	Czwartek 30.05.2024	Piątek 31.05.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Płatki ryżowe na mleku 200g Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta mięsna 100g cukinia na parze 130g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 4, 7)	Płatki orkiszowe z mlekiem 200g Ogórek małosolny 60g Pasta rybna z tuńczykiem 100 g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7) ZUPA NA O.DZIECIĘCY: płatki kukurydziane z mlekiem (200g)	Płatki owsiane błyskawiczne na mleku 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Pomidor bez skórki 120 g Szcypiorek 10g Połędwica sopoka 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Płatki ryżowe na mleku 200g salatka kurczakowa 120g Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Burak na parze 100g Salata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7) ZUPA NA O.DZIECIĘCY: kasza manna na mleku (200g)	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)	Płatki 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 Szcypiorek 150 ml 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 z borówką (50g)	Banan 100g (7)	Budyń jaglany bez cukru 150g	Kisiel owocowy 150 g	Ciastka maślane 50g (1, 7)	Sok przecierowy marchwiowo – bananowy (200g (9)	Bułka pszenna z pastą z fasoli lodowej, 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 plastrach 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 zielonym groszkiem 140g Kasza kus kus 200g Surówka z drożdżami, marchewki, jabłka 150g Kompot 200 ml (1, 7, 9)	Zupa fasolowa bez śmietany i mąki 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 bułowa bez śmietany z kurczakiem 400g Ziemniaki gotowane 300g z jajem sadzonym (2 szt.) Salata z jogurtem naturalnym (100g) 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 salata z jogurtem naturalnym 150g Kompot 200 ml (1, 3, 4, 7, 9)
Podwieczorek dla dzieci Biszkopty (1,7)	Podwieczorek dla dzieci budyń 140g (7)	Podwieczorek dla dzieci sok owocowy	Podwieczorek dla dzieci Kisiel	Podwieczorek dla dzieci Banan 100g	Podwieczorek dla dzieci galaretka owocowa	Podwieczorek dla dzieci Arbuz bezpestkowy 200g
Podwieczorek dla dorosłych chałka z kruszonką 80g (1,7)	Podwieczorek dla dorosłych Kefir naturalny 150g + truskawki 100g	Podwieczorek dla dorosłych Melon 150g	Podwieczorek dla dorosłych Wafle ryżowe 30 g z dżemem 30g	Podwieczorek dla dorosłych banan 100g	Podwieczorek dla dorosłych serek homogenizowany 150g (7)	Podwieczorek dla dorosłych arbuz 200g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Połędwica wieprzowa luksusowa 60g Pomidor bez skórki 120g Natka pietruszki 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Szynka z indyka 60g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Marchewka gotowana z koperkiem 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,7)	Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Paszтет pieczony 80g Cukinia gotowana z bazylią 120g 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. Starta marchewka świeża 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3)	Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Białe 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) Salatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g Salata 15 g ser żółty 60g 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

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 SO₂ 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