

# DIETA ŁATWOSTRAWNA(27.07-02.08.2024r.) - ALERGENY

Sobota 27.07.2024	Niedziela 28.07.2024	Poniedziałek 29.07.2024	Wtorek 30.07.2024	Środa 31.07.2024	Czwartek 01.08.2024	Piątek 02.08.2024
<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>
<p>Platki orkiszowe z mlekiem 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser żółty gouda light 60g Marchewka gotowana 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 7)</p> <p><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> Mus gruszkowy 100g</p>	<p>Platki jaglane z mlekiem 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g pasztet pieczony 80g Pomidor b/ skórki 120g Sałata 15 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 3, 7)</p> <p><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> sok marchwiowy przecierany 250ml</p>	<p>Platki jęczmienne błyskawiczne z mlekiem 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Jajo gotowane 1 sztuka 50g Szynka drobiowa 40 g dynia na parze z rozspinką 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p><u>Zupa mleczna dla oddziału</u> dziecięcego: płatki kukurydziane na mleku 200 g (1, 3, 7, 9)</p> <p><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> jogurt naturalny 150g + borówka (50g) (7)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Polędwica z piersi kurczaka 60g Pomidor bez skórki 120 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)</p> <p><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> Banan 120 g</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g oliwki 5-6 sztuk(40g) serek wiejski 150g (kubeczek) dżem 30g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 7)</p> <p><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> arbuz 140g</p>	<p>Ryż basmati na mleku 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g szynkowa 60g sałata 10g ogórek małosolny 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,7)</p> <p><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> Bułka pszenna z szynką I pomidorem b/skóry 2szt (1,7)</p>	<p>Zacierka na mleku 200g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g ser żółty gouda light 60g Pomidor b/ skórki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Zupa mleczna dla oddziału dziecięcego: kasza manna na mleku 200 g (1, 3, 7)</p> <p><b>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</b> Jogurt owocowy 150g</p>
<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>
<p>Barszcz biały z białą kielbaską 400g Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot 200 ml (1, 7, 9)</p> <p><b>PODWIECZOREK</b> Bułka pszenna z serkiem bieluch I ogórkiem kiszonym (1,7)</p> <p><b>Podwieczorek dla dzieci</b> Jogurt owocowy 150g (7)</p>	<p>Rosół z makaronem durum, marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki z koperkiem 300g Schab duszony w sosie własnym 140g fasolka szparagowa na parze 140g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)</p> <p><b>PODWIECZOREK</b> Banan 100g</p> <p><b>Podwieczorek dla dzieci</b> banan 120g (7)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400g kasza orkiszowa z warzywami 300g gulasz drobiowy z indyka z marchewką 140g sałata z jogurtem naturalnym (150g) Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)</p> <p><b>PODWIECZOREK</b> Babka piaskowa 80 g (1,7)</p> <p><b>Podwieczorek dla dzieci</b> Babka piaskowa 80 g (1,7)</p>	<p>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 200 ml (1, 3, 7, 9)</p> <p><b>PODWIECZOREK</b> Mus owocowy 100 g</p> <p><b>Podwieczorek dla dzieci</b> Mus owocowy 100 g</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem 400g Makaron pszenny 200g filet z kurczaka w sosie własnym 140g Brokuł na parze 140g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)</p> <p><b>PODWIECZOREK</b> Ciastka kruche z marmoladą 50g (1,7)</p> <p><b>Podwieczorek dla dzieci</b> wafele śmietankowy 140g (1,7)</p>	<p>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 200 ml (1, 3, 7, 9)</p> <p><b>PODWIECZOREK</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)</p> <p><b>Podwieczorek dla dzieci</b> Serek homogenizowany waniliowy 150 g (7)</p>	<p>Krupnik 400g Ziemniaki z koperkiem 300g kotlety z kurczaka na parze 140g Marchew gotowana słupki 140g Kompot 200 ml (1, 3, 4, 7, 9)</p> <p><b>PODWIECZOREK</b> galaretka owocowa 150g</p> <p><b>Podwieczorek dla dzieci</b> Galaretka owocowa 150 g</p>

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 seler 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 połędwica 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, Ogórek kiszony 60 g, herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g szynka wiejska 30g Jajko gotowane 50 g Pomidor z natką pietruszki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (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 Bułka pszenna + kromka pieczywa pszennego (90g) <del>ser</del> 100g burak gotowany plastry z roszponką 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 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.