

DIETA ŁATWOSTRAWNA (29.06-05.07.2024r.) - ALERGENY

Sobota 29.06.2024	Niedziela 30.06.2024	Poniedziałek 01.07.2024	Wtorek 02.07.2024	Środa 03.07.2024	Czwartek 04.07.2024	Piątek 05.07.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
<p>Platki orkiszowe z mlekiem 200g</p> <p>Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g)</p> <p>Masło 16,6g</p> <p>Marchewka gotowana 120g</p> <p>Ser żółty 60g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 7)</p> <p>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</p> <p>Mus owocowy 100g</p>	<p>Platki jaglane z mlekiem 200g</p> <p>Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g)</p> <p>Masło 16,6g</p> <p>pasztet pieczony 80g</p> <p>Pomidor bz skórki 120g</p> <p>Saata 15 g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 3, 7)</p> <p>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</p> <p>sok marchiowy przecierany 250ml</p>	<p>Platki jęczmienne błyskawiczne z mlekiem 200g</p> <p>Jako gotowane 1 sztuka 50g</p> <p>Szynka drobiowa 50 g</p> <p>dynia na parze z rozponką 120g</p> <p>Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>Zupa mleczna dla o.dziecięcego: płatki kukurydziane na mleku 200 g (1, 3, 7, 9)</p> <p>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</p> <p>jogurt naturalny 150g + borówka (50g) (7)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 200g</p> <p>Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g)</p> <p>Masło 16,6g</p> <p>Półdewica z piersi kurczaka 60g</p> <p>Pomidor bez skórki 120g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 7, 9)</p> <p>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</p> <p>banan</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 200g</p> <p>oliwki 45szt(40g)</p> <p>twarożek wiejski 100g</p> <p>dżem 30g</p> <p>Masło 16,6g</p> <p>Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 7)</p> <p>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</p> <p>arbuz 140g</p>	<p>Ryż basmatia na mleku 200g</p> <p>Masło 16,6g</p> <p>Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g)</p> <p>szynkowa 60g</p> <p>Ogórek małosolny 120g</p> <p>kiekami brokuła 10g</p> <p>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1,7)</p> <p>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</p> <p>Bułka pszenna z szynką I pomidorem b/skóry 2szt (1,7)</p>	<p>Zacierka na mleku 200 g</p> <p>Pomidor bez skórki 120g</p> <p>Masło 16,6g</p> <p>ser żółty 60g</p> <p>Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g)herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>Zupa mleczna dla o.dziecięcego: Kasza manna na mleku 200g (1, 3, 7)</p> <p>II Śniadanie dla dzieci i dorosłych</p> <p>Jogurt owocowy 100g (7)</p>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
<p>Barszcz biały z białą kielbaską 400g</p> <p>Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g</p> <p>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 7, 9)</p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Bułka pszenna z serkiem bieluch I ogórkiem kiszonym (1,7)</p> <p>Podwieczorek dla dzieci</p> <p>Jogurt owocowy 150g (7)</p>	<p>Rosół z makaronem durum, marchewką i natka pietruszki 400g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 300g</p> <p>Schab duszony w sosie własnym 140g fasolka szparagowa na parze 140g</p> <p>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 3, 7, 9)</p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Banan 100g</p> <p>Podwieczorek dla dzieci</p> <p>Banan 120g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400g</p> <p>gulasz drobiowy z indyka z marchewką 140g</p> <p>kasza orkiszowa z warzywami 300g</p> <p>sałata z jogurtem naturalnym (150g)</p> <p>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 3, 7, 9)</p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Babka piaskowa 80 g (1,7)</p> <p>Podwieczorek dla dzieci</p> <p>Babka piaskowa 80g (1,7)</p>	<p>Zupa szczawiowa z jajkiem bez mąki i śmietany 400g grzankami 20 g</p> <p>Gotowane udko z kurczaka z włoszczyzną 140g</p> <p>Buraczki z cytryną 140g</p> <p>Ryż basmati z pesto z natki pietruszki 200g</p> <p>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 3, 7, 9)</p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Mus owocowy (100g)</p> <p>Podwieczorek dla dzieci</p> <p>Mus owocowy 100 g</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem 400g</p> <p>Brokuł na parze 140g</p> <p>Makaron pszenny 200g</p> <p>filet z kurczaka w sosie własnym 140g</p> <p>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 3, 7, 9)</p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Ciastka kruche z marmoladą 50g (1,7)</p> <p>Podwieczorek dla dzieci</p> <p>wafelek śmietankowy 140g (1,7)</p>	<p>Zupa marchewkowo -dyniowa z lanymi kluseczkami 400g</p> <p>Kasza jęczmienna z kukurydzą i groszkiem 200g</p> <p>Stek wieprzowy na parze 140g</p> <p>Mix warzyw na parze 140g</p> <p>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 3, 7, 9)</p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)</p> <p>Podwieczorek dla dzieci</p> <p>Serek homogenizowany waniliowy 150 g (7)</p>	<p>Krupnik z ryżem 400g</p> <p>Ziemniaki 300g z koperkiem 5g</p> <p>Ryż na parze 140g</p> <p>Tarta marchewka 140g</p> <p>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 3, 4, 7, 9)</p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>galaretka owocowa 150g</p> <p>Podwieczorek dla dzieci</p> <p>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 graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Filet z piersi kurczaka 60g Broul na parze z koperkiem 120g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta twarogowa 100 g Cukinia na parze z bazylią 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) marchewka na parze z natką pietruszki 120g południca wieprzowa luksusowa 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Masło 16,6g, Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Szynka konserwowa 60g Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 100g, Ogórek kiszony 60 g, herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) 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 graham + 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 graham + kromka pieczywa pszennego (90g) serek wiejski 100g burak gotowany plastry z roszonką 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.