

DIETA ŁATWOSTRAWNA 31.08-06.09.2024r. (ALERGENY)

Sobota 31.08.2024	Niedziela 01.09.2024	Poniedziałek 2.09.2024	Wtorek 03.09.2024	Środa 04.09.2024	Czwartek 05.09.2024	Piątek 06.09.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Płatki gryczane z mlekiem 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ogonówka 60g Dynia gotowana 120g Natka pietruszki 5 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>Zupa dla oddziału dziecięcego: kaszka kukurydziana na mleku 200g</u> <u>1,7</u>	Płatki jaglane z mlekiem 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Pasta z soczewicy 100g Burak gotowany plastry 120g Rukola 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1,3,7,9</u>	Płatki owsiane błyskawiczne na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Twarożek ze szczypiorkiem 100g Pomidor bez skórki 120 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1,7</u>	Płatki owsiane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Dżem 30g Ser żółty 60g Masło 16,6g Marchew gotowana z natką pietruszki 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>Zupa dla oddziału dziecięcego: kasza manna na mleku</u> <u>1,7,9</u>	Płatki owsiane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Połudwica wieprzowa luksusowa 60g Pomidor bez skórki 120g Szczypiorek 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>Zupa dla oddziału dziecięcego: płatki kukurydzyne na mleku</u> <u>1,7</u>	Ryż basmati na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Szyńka z piersi kurczaka 60g Roszponka 15 g Marchewki mini na parze 100 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1,7</u>	Płatki jaglane mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Twarożek wiejski 150g (kubek) Dżem 60g Pomidor bez skórki 120g Szczypiorek 10 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1,7</u>
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
Mus jabłkowy 100g	Wafle ryżowe 30g	Maślanka owocowa 200g <u>7</u>	Melon 120g	Kefir naturalny 150g <u>7</u>	Mus owocowy 120g	Kanapka z szynką wiejską i ogórkiem małosolnym <u>1,7</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa buraczkowa z ziemniakami 400g Spaghetti bolońskie z cebulii czosnku 300g Mix sałat z sosem vinegret 50 g Kompot 200 ml <u>1,3,7,9</u>	Rosół makaronem, marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki z koperkiem 300g Schab duszony w sosie własnym 140g Marchewka z groszkiem 120g Kompot 200 ml <u>1,3,7,9</u>	Zupa pomidorowa bez śmietany z ryżem basmati 400g Pampuchy z jogurtem i cynamonem + borówka 350g Kompot 200ml <u>1,3,7,9</u>	Zupa ogórkowa b śmietany 400g Kassa jęczmienna 200g Gulasz drobiowy z marchewką 140g Buraczki gotowane 140g Kompot 200ml <u>1,7,9</u>	Zupa brokułowa b śmietany z makaronem 400g Ryż basmati 200g Siekane gołąbki na parze w sosie 140g Surówka z tartej marchewki 140g Kompot 200 ml <u>1,3,7,9</u>	Żurek z jajkiem b śmietany 400g Kaszotto z kaszy bulgur ze szpinakiem i indykami 350g Kompot 200 ml <u>1,3,7,9</u>	Krupnik z ryżem 400g Ryba z warzywami gotowana na parze 140g Ziemniaki z koperkiem 300g Sałata z jogurtem naturalnym 120g Kompot 200 ml <u>1,4,7,9</u>
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK
Jogurt naturalny 150g <u>7</u>	Banan 120g	Budyń jaglany 150g Tortilla pszenna z bieluchem, rukolą i pomidorem (1/2 sztuki tortilli) <u>1,7</u>	Budyń waniliowy 150 g <u>1,7</u>	Kisiel owocowy 150g	Serek homogenizowany waniliowy 150g <u>7</u>	Bułka z serem 80g <u>1,3,7</u>
Podwieczorek dla dzieci	Podwieczorek dla dzieci	Podwieczorek dla dzieci	Podwieczorek dla dzieci	Podwieczorek dla dzieci	Podwieczorek dla dzieci	Podwieczorek dla dzieci
Jogurt owocowy 150 g + biszkopty 30g <u>1,3,7</u>	Banan 100 g	Tortilla pszenna z bieluchem, sałata i pomidorem (1/2 sztuki tortilli) <u>1,7</u>	Budyń waniliowy 150g <u>1,7</u>	Kisiel owocowy 150 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g <u>7</u>	Bułka z serem 80g <u>1,3,7</u>

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) Masło 16,6g Pasztet warzywny 80g Pomidor bez skórki 120g Roszponka 15 g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka <u>1,7,9</u>	Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Szyńka drobiowa 30g Ser żółty 30 g Mix warzyw gotowanych 100g Salata 10g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka <u>1,7,9</u>	Bułka graham +kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Szyńka wiejska 60g Ogórek małosolny 100g Salata 10g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka <u>1,7</u>	Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Polędwica sopoćką 60g Jajko gotowane 1szt Pomidor bez skórki 120g Natka pietruszki 15 g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka <u>1,3,7</u>	Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Pasta rybna (z tunczykiem) 100g Zielone oliwki drylowane z rukolą 50 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1,4,7,9</u>	Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Szyńka bankietowa wieprzowa 60g Cukinia na parze z ziołami 80g Pomidor bez skórki 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1,7</u>	Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Jajko gotowane 60 g Ser gouda light 30g Brokuł na parze z koperkiem 80g, Salata 15g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1,3,7</u>
K: 2356.8 / B: 91.7 T: 85.0 / WP: 288.1 F: 26.6 / WW: 28.5	K: 2386.8 / B: 105.7 T: 77.5 / WP: 297.9 F: 26.4 / WW: 29.6	K: 2331.7 / B: 100.6 T: 68.9 / WP: 297.8 F: 37.4 / WW: 29.8	K: 2387.9 / B: 104.4 T: 73.0 / WP: 305.5 F: 38.1 / WW: 30.5	K: 2418.4 / B: 95.9 T: 74.7 / WP: 321.7 F: 32.9 / WW: 31.9	K: 2373.3 / B: 95.8 T: 79.2 / WP: 298.6 F: 29.7 / WW: 29.7	K: 2301.2 / B: 108.9 T: 77.2 / WP: 273.8 F: 28.6 / WW: 27.4

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;
- Gorzycza 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.

