

DIETA BOGATOBIAŁKOWA - ALERGENY (02-08.03.2024.R.)

Sobota 02.03.2024 r	Niedziela 03.03.2024	Poniedziałek 04.03.2024	Wtorek 05.03.2024	Środa 06.03.2024	Czwartek 07.03.2024	Piątek 08.03.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Płatki ryżowe na mleku 200g Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta mięsna 100g Ogórek kiszony 100g, pomidor 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 4, 7)	Płatki owsiane z mlekiem 200g Ogórek 80g Pasta rybna z tuńczykiem 60g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser żółty 40g, papryka 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Płatki owsiane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Pietruszka gotowana 100g, kielki brokułu 10g Pasta z czerwonej fasoli (60g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Południca sopocka 60g (1, 7)	Płatki jęczmieńne na mleku 200g Masło 16,6g Sałatka ryżowa z kurczakiem 120g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pomidorki koktajlowe 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Ryż basmati na mleku 200g Dyňa gotowana 100g, cykorja 10g Pasztet pieczony 40g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Pasta z czerwonej soczewicy 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9, 11)	Płatki jaglane na mleku 200g Cukinia grillowana z ziołami 100g, pomidorki koktajlowe 60g Południca z piersi kurczaka 40g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser żółty (40g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Kluski lane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Dżem 60g Pomidor 120g, sałata 10g ser żółty 100g 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 skyr 150g (7)	Kiwi 100g (7)	Budyń jaglany 150g	Jabłko 80g,	Ciastka maślane 50g (1, 7)	Smoothie owocowe 100% owoców 200g	Kanapki z pastą z fasoli lodziem świeżym 2 szt (1,7)
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa marchewkowa z lanymi kluseczkami 400g pulpety wieprzowe w sosie koperkowym 140g Kasza gryczana 200g burak gotowany w plastrach z sosem vinegret 120g 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 kapusta gotowana 120g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g Duszona pierś z kurczaka w sosie jogurtowo-musztardowym z zielonym groszkiem 140g Kasza kus kus 200g Surówka z marchewki, jabłka, selera z orzechami 120g Kompot 200 ml (1, 7, 9)	Zupa fasolowa 400g Naleśniki z serem na słodko 150g Naleśniki ze szpinakiem 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa brokułowa bez mąki i śmietany 400g Pierogi z mąki pszennej mięsem drobiowo-wieprzowym gotowane 250g Tagiatelle warzywne 120g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g Ryż z warzywami i kurczakiem 300g Fasolka szparagowa 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pomidorowa z ryżem 400g Ziemniaki 200g 140g pulpety rybne w sosie koperkowym sałata z jogurtem naturalnym 120g Kompot 200 ml (1, 3, 4, 7, 9)
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK
chałka z kruszonką 80g	Kefir 150g (7)	Melon 150 g	Jogurt owocowy 150g (7)	Banan 100g	serek homogenizowany 150g (7)	Gruszka 100g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Południca wieprzowa luksusowa 60g Pomidor 100g, sałata 10g Jajko gotowane (60g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Ser biały 80g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Rzodkiewka 100g, ogórek 40g Szynka z indyka 40g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasztet pieczony 90g Pomidor 100g, roszponka 10g, Szynka wiejska 40g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) szynka wieprzowa 60g Jajko gotowane z majonezem i szczypiorkiem 1 szt marchewka gotowana 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Ser biały 100g Rzodkiewka 100g, szczypiorek 10g Południca z indyka 40g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta jajeczna 80g ogórek świeży 100g Szynka delikatowa z kurczaka 40g, kielki lucerny 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Tradycyjna sałatka jarzynowa 100g, papryka zielona 100g ser żółty 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3, 7, 9)
K: 2352.4/B: 110.5 T: 80.3/WP: 275.8 F: 30.6/WW: 27.1	K: 2369.1/B: 109.8 T: 77.1/WP: 290.6 F: 31.6/WW: 29.0	K: 2389.8/B: 113.1 T: 76.7/WP: 284.9 F: 35.7/WW: 28.1	K: 2402.4/B: 106.2 T: 84.7/WP: 285.6 F: 28.7/WW: 28.2	K: 2407.1/B: 110.7 T: 74.7/WP: 295.9 F: 48.2/WW: 29.2	K: 2395.9/B: 105.5 T: 71.1/WP: 312.9 F: 30.5/WW: 31.1	K: 2342.8/B: 119.1 T: 75.9/WP: 279.8 F: 26.4/WW: 27.6

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.

