

DIETA BOGATOBIAŁKOWA 05-11.10.2024r. (ALERGENY)

Sobota 05.10.2024	Niedziela 06.10.2024	Poniedziałek 07.10.2024	Wtorek 08.10.2024	Środa 09.10.2024	Czwartek 10.10.2024	Piątek 11.10.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Płatki jęczmienne z mlekiem 300g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Polędwica sopocka 60g Ser żółty 30g Pomidor 110g, sałata 10g Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7, 9	Płatki ryżowe pełnoziarniste z mlekiem 300g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Polędwica drobiowa 60g Jajko gotowane 60g Papryka czerwona 110g Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7	Płatki jaglane na mleku 300g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Szynka chłopska 60g Ser żółty 30g Ogórek małosolny 120g Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7	Ryż basmati z mlekiem 300g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Twarożek ze szczypiorkiem 120g Ogórek świeży 100g Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7	Płatki orkiszowe z mlekiem 300g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Polędwica z piersi kurczaka 60g Ser twarogowy 30g Pomidor 120g, szczypiorek 10g Herbata czarna 1 szt 1, 7	Zacierka na mleku 300g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Paszтет pieczony 80g Polędwica sopocka 30g Ogórek świeży 100g, rukola 10g Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7, 9	Płatki owsiane na mleku 300g Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Tradycyjna sałatka jarzynowa 80g, roszonek 10g Ser żółty 60g Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
Banan 120g	Jogurt naturalny 150g 7	Maca pełnoziarnista z dżemem niskosłodzonym 30g	Serek homogenizowany naturalny 150 g 7	Mus owocowy 100g	Wafle ryżowe pełnoziarniste 30g	Kiwi 80g + 3 kostki gorzkiej czekolady
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa ryżanka z ryżem basmati 400g Ziemniaki z koperkiem 300g Jajka sadzone z bazylią 120g Mizeria 140g 100g Kompot 250 ml 3, 7, 9	Rosół z lanymi kłuskami z mąki pełnoziarnistej 400g Kasza gryczana niepalona 200g Schab duszony z sosem pieczarkowym 140g Fasolka szparagowa gotowana 140g Kompot 250 ml 1, 3, 7, 9	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolką szparagową bez mąki i śmietany 400g Kasza jęczmienna perłowa 200g Potrawka z kurczaka z warzywami 140g Buraki z jabłkiem 140g Kompot 250 ml 1, 3, 7, 9	Zupa kalafiorowa bz mąki i śmietany z makaronem durum pełnoziarn. 400g Kluski leniwe z mąki pełnoziarnistej z jogurtem i cynamonem 300g Surówka z tartej marchewki i jabłka 140g Kompot 250 ml 1, 7, 9	Zupa krupnik z kaszą bulgur 400g Spaghettibolońskie bez cebulii czosnku 300g Mix sałat z sosem vinegret 50g Kompot 250 ml 1, 9	Barszcz czerwony bez mąki i śmietany z ziemniakami 400g Kasza orkiszowa 200g Łopatka pieczona z sosem pieczeniowym 140g Surówka z kapusty czerwonej 140g Kompot 250 ml 1, 7, 9	Zupa koperkowa bez mąki i śmietany 400g Ryż brązowy z natką pietruszki 200g Ryba na parze z ziołami 140g Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 140g Kompot 250 ml 1, 3, 4, 7, 9
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK
Kanapki z twarogiem i szczypiorkiem 2 szt. 1, 7	Pieczewo chrupkie graham 30g 1	Kanapki z wędliną drobiową i sałata 2 szt. 1	Kanapka z pastą z fasoli, sałata z ogórkiem kiszonym 1, 7	Jogurt naturalny skyr 150g 7	Bułka grahamka z szynką wiejską i papryką 1, 7	Maślanka naturalna 150g 7
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Pasta warzywno- mięsna 120g Ogórek kiszony 60g Rzodkiewka 40g Herbata czarna 1 szt. 1, 7, 9	Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Pasta z białego sera z warzywami 120g Ogórek świeży 100g Herbata czarna 1 szt 1, 7	Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Jajko gotowane 60 g 1 szt, Szynka z indyka 30g Pomidor 100g Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7	Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Pasta z makreli 100g Papryka 100g Herbata czarna 1 szt 1, 3, 4, 7	Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Sałatka ryżowa z kurczakiem 120g Ogórek kiszony 80g Herbata czarna 1 szt 1, 7, 9	Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Twarożek wiejski 120g Dżem niskosłodzony 30g Rzodkiewka 40g Pomidor 60g Herbata czarna 1 szt 1, 7	Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Pasta jajeczna 120g Papryka 120g Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7

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.

K:2227.5/B:94.2 T:63.3/WP:301.4 F:30.5/WW:29.8	K:2237.4/B:99.2 T:55.3/WP:316.1 F:27.7/WW:31.3	K:2225.6/B:99.3 T:49.9/WP:314.1 F:40.4/WW:31.4	K:2260.2/B:95.2 T:58.5/WP:310.7 F:43.4/WW:31.0	K:2296.3/B:95.1 T:45.3/WP:355.6 F:34.8/WW:35.3	K:2323.0/B:87.7 T:65.0/WP:324.0 F:34.1/WW:32.2	K:2214.8/B:101.3 T:62.2/WP:293.4 F:28.5/WW:29.3
--	--	--	--	--	--	---

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.

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.