

DIETA BOGATOBIAŁKOWA - ALERGENY (09-15.11.2024.R.)

Sobota 09.11.2024 r	Niedziela 10.11.2024	Poniedziałek 11.11.2024	Wtorek 12.11.2024	Środa 13.11.2024	Czwartek 14.11.2024	Piątek 15.11.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Platki ryżowe na mleku 300g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser biały 100g Ogórek kiszony 70g, pomidor 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 4, 7)	Platki orkiszowe z mlekiem 300g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Ser żółty 40g Szynka z indyka 40g Papryka 50g; ogórek 70g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 4, 7)	Platki owsiane na mleku 300g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Papryka 110g, kielki rzodkiewki 10g; Połędwica sopocka 60g Pasta z czerwonej fasoli 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Platki jęczmienne na mleku 300g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Salatkaryżowa z kurczakiem 120g Ogórek kiszony 120g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Ryż basmati na mleku 300g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Pasta z czerwonej soczewicy 60g; Paszтет pieczony 40g; Dynia gotowana 110g, cykorja 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9, 11)	Platki jaglane na mleku 300g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Połędwica z piersi kurczaka 40g Ser żółty 40g Cukinia grillowana z ziołami 80g, pomidorki koktajlowe 40g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Kasza owsiana na mleku 300g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Serek wiejski w kubeczku 200 g Dżem 60g Pomidor 120g, sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)
II ŚNIADANIE Jogurt naturalny syry 150g (7)	II ŚNIADANIE Kiwi 100g + 2 kostki gorzkiej czekolady 70% kakao	II ŚNIADANIE Budyń jaglany 150g (7)	II ŚNIADANIE Jabłko 120g,	II ŚNIADANIE Ciastka maślane 50g (1, 7)	II ŚNIADANIE Sok przecierowy marchwiowo-bananowy (200g) (9)	II ŚNIADANIE Bułka pszenna z pastą z fasoli i ogórek 1 szt. (1,7)
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa marchewkowa z lanymi kluseczkami 400g Kasza gryczana 200g Indyk w sosie koperkowym 160g Burak gotowany w plastrach z sosem vinegret 150g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Rosół z makaronem durum marchewką i natką pietruszki 400g Ryż basmati 200g Schab pieczony z ziołami polany sosem warzywnym 160g Kapusta gotowana 150g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g Duszona pierś z kurczaka w sosie jogurtowo-musztardowym z zielonym groszkiem 140g Kasza pęczak 200g Surówka z marchewki, jabłka, selera z orzechami 120g Kompot 250 ml (1, 7, 9, 10)	Zupa fasolowa 400g Pierogi z mąki pszennej z mięsem drobiowo-wieprzowym gotowane 250g Sałata lodowa z pomidorem i vinegretem 150 g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa brokułowa bez mąki i śmietany z grzankami 400g Ziemniaki gotowane 300g z jajem sadzonym (2szt) Sałata z jogurtem naturalnym (150g) Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g Ryż z warzywami i kurczakiem 350g Fasolka szparagowa 150g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pomidorowa z ziemniakami 400g Ziemniaki 300g Filet z miruny smażony 150 g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250 ml (1, 3, 4, 7, 9)
PODWIECZOREK Ciasto jogurtowe 80g (1,3,7)	PODWIECZOREK Kefir naturalny 150g (7)	PODWIECZOREK Mandarynka 120 g	PODWIECZOREK Jogurt słodowy 150g (7)	PODWIECZOREK Maślanka owocowa 200 ml (7)	PODWIECZOREK serek homogenizowany naturalny 150g (7)	PODWIECZOREK Jogurt naturalny 150g +Gruszka 100g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Połędwica wieprzowa luksusowa 60g Pasta z ciecierzycy 50g Pomidor 110g, sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Ser biały 40g Pasta rybna z tuńczykiem 100g Rzodkiewka 60g, ogórek 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Pasta twarogowo-jajeczna 120g Pomidor 110g, roszponka 10g, Szynka wiejska 40g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Szynka wieprzowa 60g Jajko gotowane z majonezem i szczypiorkiem 1 szt Marchewka gotowana 100g, sałata lodowa 20 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Ser biały 100g Połędwica z indyka 40g Rzodkiewka 60g, ogórek 60 g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Pasta jajeczna 80g Szynka delikatesowa z kurczaka 40g Ogórek świeży 100g kielki lucerny 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g); Masło 16,6g Tradycyjna sałatka jarzynowa 100g, Ser żółty 80g Papryka 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3, 7, 9)

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: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
---	---	---	---	---	---	---

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.