

# DIETA BOGATOBIAŁKOWA - ALERGENY (09-15.12.2023.R.)

| Sobota<br>09.12.2023 r  | Niedziela<br>10.12.2023  | Poniedziałek<br>11.12.2023  | Wtorek<br>12.12.2023  | Środa<br>13.12.2023   | Czwartek<br>14.12.2023   | Piątek<br>15.12.2023   |
|---|--|---|---|---|--|--|
| ŚNIADANIE   | ŚNIADANIE  | ŚNIADANIE   | ŚNIADANIE   | ŚNIADANIE   | ŚNIADANIE  | ŚNIADANIE  |
| <p>Kasza jaglana na mleku 200g<br/>Masło 16,6g<br/>Pieczywo mieszane 90g<br/>Pasta mięsna 100g<br/>Ogórek kiszony 80g<br/>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 3, 4, 7)</p> <p>II ŚNIADANIE</p> <p>Jogurt naturalny 150g</p> <p>(7)</p> | <p>Płatki orkiszowe z mlekiem 200g<br/>Ogórek 80g<br/>Pasta rybna z tuńczykiem 60g<br/>Pieczywo mieszane 90g<br/>Masło 16,6g<br/>Ser żółty 30g<br/>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 7)</p> <p>II ŚNIADANIE</p> <p>Maślanka 150g</p> <p>(7)</p> | <p>Płatki owsiane na mleku 200g<br/>Pieczywo mieszane 90g<br/>Masło 16,6g<br/>Pietruszka gotowana 80g<br/>Ser żółty 40g<br/>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka<br/>Szynka delikatesowa z kurczaka 60g</p> <p>(1, 7)</p> <p>II ŚNIADANIE</p> <p>Wafeleryżowe z brązowego ryżu 30g</p> | <p>Płatki jęczmienne na mleku 200g<br/>Masło 16,6g<br/>Salatkaryżowa z kurczakiem 120g<br/>Pieczywo mieszane 90g<br/>Pomidor 80g<br/>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 3, 7)</p> <p>II ŚNIADANIE</p> <p>Jabłko 80g,</p> <p>(8)</p> | <p>Ryż basmati na mleku 200g<br/>Dyńa gotowana 80g<br/>Paszтет pieczony 40g<br/>Pieczywo mieszane 90g<br/>Masło 16,6g<br/>Pasta z czerwonej soczewicy 60g<br/>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 3, 7, 9, 11)</p> <p>II ŚNIADANIE</p> <p>kanapki z serem żółtym i rukolą 2szt</p> <p>(1, 7)</p> | <p>Płatki jaglane na mleku 200g<br/>Cukinia grillowana z ziołami 80g<br/>Polędwica z piersi kurczaka 40g<br/>Pieczywo mieszane 90g<br/>Masło 16,6g<br/>Pasta z czerwonej fasoli 60g<br/>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 7)</p> <p>II ŚNIADANIE</p> <p>Budyń jaglany bez cukru 150g</p> <p>(7)</p> | <p>Płatki żytnie z mlekiem 200g<br/>Pieczywo mieszane 90g<br/>Masło 16,6g<br/>Dżem 60g<br/>Pomidor 80g<br/>ser 100g<br/>herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka</p> <p>(1, 7)</p> <p>II ŚNIADANIE</p> <p>Kanapki z pastą z fasoli 2szt</p> <p>(1, 7)</p> |
| OBIAD   | OBIAD  | OBIAD   | OBIAD   | OBIAD   | OBIAD  | OBIAD  |
| <p>Zupa marchewkowa z lanymi kluseczkami 400g<br/>pulpety wieprzowe w sosie koperkowym 140g<br/>Kasza gryczana 200g<br/>burak gotowany w plastrach z sosem winegret 120g<br/>chałka z kruszonką 80g<br/>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 3, 7, 9)</p>         | <p>Rosół z makaronem durum marchewką i natką pietruszki 400g<br/>Ziemniaki 200g<br/>Schab pieczony z ziołami polany sosem warzywnym 140g<br/>kapuata gotowana 120g<br/>banan 100g Kompot 200 ml</p> <p>(1, 3, 7, 9)</p>  | <p>Zupa fasolowa 400g Duszona pierś z kurczaka w sosie pieczarkowym 140g<br/>Kasza kus kus 200g<br/>Surówka z marchewki, jabłka, selera z orzechami 120g<br/>bułka z kruszonką 80g<br/>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 7, 9)</p>   | <p>Zupa ogórkowa 400g<br/>Naleśniki z serem na słodko 150g<br/>Naleśniki ze szpinakiem 150g<br/>Jogurt naturalny 150g<br/>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 3, 7, 9)</p>   | <p>Zupa brokułowa bez mąki i śmietany 400g<br/>Makaron z leczo warzywnym i szynką wieprzową 300g<br/>Tagiatelle warzywne 120g<br/>Jabłko 100g<br/>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 3, 7, 9)</p>   | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 400g<br/>Ryż z warzywami i kurczakiem 300g<br/>serek homogenizowany 150g<br/>Kompot 200 ml</p> <p>(1, 3, 7, 9)</p>   | <p>Zupa pomidorowa z ryżem 400g<br/>Ziemniaki 200g<br/>140g pulpety rybne w sosie koperkowym<br/>sałata z jogurtem naturalnym 120g<br/>Kompot 200 ml<br/>Ciasto drożdżowe 80g</p> <p>(1, 3, 4, 7, 9)</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  | KOLACJA  | KOLACJA   | KOLACJA  | KOLACJA   | KOLACJA   | KOLACJA   |
|--|--|---|--|---|---|---|
| Masło 16,6g<br>Pieczywo mieszan3<br>90g<br>Polędwica wieprzowa luksusowa<br>60g<br>Pomidor 80g<br>jogurt naturalny skyr 100g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1<br>saszetka<br><br>(1, 7) | Masło 16,6g<br>Ser biały 80g<br>Pieczywo mieszane 90g<br>Rzodkiewka 80g<br>Szynka z indyka 40g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1<br>saszetka<br><br>(1, 7) | Masło 16,6g<br>Pieczywo mieszane 90g<br>Pasztecik pieczony 90g<br>Pomidor 80g<br>Szynka wiejska 40g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1<br>saszetka<br><br>(1, 7) | Masło 16,6g<br>Pieczywo mieszane 90g<br>szynka wieprzowa 60g<br>Jajko gotowane z<br>majonezem i<br>szczypiorkiem 1 szt<br>marchewka gotowana 80g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1<br>saszetka<br><br>(1, 7) | Masło 16,6g<br>Pieczywo mieszane 90g<br>Ser biały 100g<br>Rzodkiewka<br>80g<br>Polędwica z indyka 40g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1<br>saszetka<br><br>(1, 7) | Masło 16,6g<br>Pieczywo mieszane 90g<br>Pasta jajeczna 80g<br>ogórek świeży 80g<br>Szynka delikatesowa z kurczaka<br>40g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1<br>saszetka<br><br>(1, 3, 7) | Masło 16,6g<br>Pieczywo mieszane 90g<br>Tradycyjna sałatka jarzynowa 80g<br>ser żółty 80g<br>herbata czarna 1 szt/ cukier 1<br>saszetka<br><br>(1, 3, 7, 9) |
| K: 2352.4/B: 110.5<br>T: 80.3/WP: 275.8<br>F: 30.6/WW: 27.1  | K: 2369.1/B: 109.8<br>T: 77.1/WP: 290.6<br>F: 31.6/WW: 29.0  | K: 2389.8/B: 113.1<br>T: 76.7/WP: 284.9<br>F: 35.7/WW: 28.1   | K: 2402.4/B: 106.2<br>T: 84.7/WP: 285.6<br>F: 28.7/WW: 28.2  | K: 2407.1/B: 110.7<br>T: 74.7/WP: 295.9<br>F: 48.2/WW: 29.2   | K: 2395.9/B: 105.5<br>T: 71.1/WP: 312.9<br>F: 30.5/WW: 31.1   | K: 2342.8/B: 119.1<br>T: 75.9/WP: 279.8<br>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 SO<sub>2</sub> 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.