

DIETA BOGATOBIAŁKOWA 10-16.08.2024r. (ALERGENY)

Sobota 10.08.2024	Niedziela 11.08.2024	Poniedziałek 12.08.2024	Wtorek 13.08.2024	Środa 14.08.2024	Czwartek 15.08.2024	Piątek 16.08.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Płatki jęczmienne z mlekiem 200g Połędwica sopocka 60g Pomidor 120g, sałata 10g Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7, 9	Płatki ryżowe pełnoziarniste z mlekiem 200g Masło 16,6g Połędwica drobiowa 60g Ser żółty 30g Papryka czerwona 120g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7	Ryż basmati z mlekiem 200g ogórek 100g Masło 16,6g Twarożek ze szczypiorkiem 100g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7	Płatki jaglane na mleku 200g Masło 16,6g Ogórek małosolny 120g Szynka chłopska 60g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7	Płatki orkiszowe z mlekiem 200g Masło 16,6g Połędwica z piersi kurczaka 60g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Pomidor 120g, szczypiorek 10g Herbata czarna 1 szt 1, 7	Zacierka na mleku 200g Sałata 10g Masło 16,6g Ogórek 100g, rukola 10g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Pasztet pieczony 80g Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7, 9	Płatki owsiane na mleku 200g Masło 16,6g Tradycyjna sałatka jarzynowa 80g, roszponka 10g Ser żółty 60g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Herbata czarna 1 szt 1, 3, 7
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
Sok warzywny 200ml 9	Jogurt naturalny 150g 7	Serek homogenizowany naturalny 150 g + 150 g 1	Serek wiejski w kubeczkach 150 g + 30 g dżemu niskosłodzonego	Borówki 100g + płatki migdałowe 10g 8	Wafle ryżowe pełnoziarniste 30g 1	Brzoskwinia 120g + 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 140g Mizeria 140g Kompot bez cukru 200 ml 3, 7, 9	Rosół z lanymi kluskami z mąki pełnoziarnistej 400g Kasza gryczana niepalona 200g Schab duszony z sosem pieczarkowym 160g Fasolka szparagowa gotowana 140g Kompot bez cukru 200 ml 1, 3, 7, 9	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolką szparagową bez mąki i śmietany 400g Potrawka z kurczaka z warzywami 160g Kasza jęczmienna perłowa 200g Buraki z jabłkiem 140g Kompot bez cukru 200 ml 1, 7, 9	Zupa kalafiorowa bez mąki i śmietany z makaronem durum pełnoziarn. 400g Kluski leniwe z mąki pełnoziarnistej z jogurtem skyr i cynamonem 350g Sałatka z selera naciowego i jabłka 140g Kompot bez cukru 200 ml 1, 3, 7, 9	Zupa krupnik z kaszą bulgur 400g Spaghetti bolońskie bez cebulii i czosnku 350g Mix sałat z sosem vinegret 50g Kompot bez cukru 200 ml 1, 9	Barszcz czerwony bez mąki i śmietany z ziemniakami 400g Kasza orkiszowa 200g Łopatka pieczona z sosem pieczeniowym 160g Surówka z ogórków kiszonych z papryką kolorową i cebulą 140g Kompot bez cukru 200 ml 1, 3, 7, 9	Zupa koperkowa bez mąki i śmietany 400g Ryż brązowy z natką pietruszki 200g Ryba na parze z ziołami 160g Surówka z kapusty białej z marchewką 140g Kompot bez cukru 200 ml 1, 3, 7, 9
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK
Kanapki z twarogiem i szczypiorkiem 2 szt 1, 7	Pieczywo chrupkie graham 30g 1	Kanapki z wędliną 2 szt. 1, 7	Kefir naturalny 200 g 7	Jogurt naturalny skyr 150g 7	Bułka grahamka z szynką wiejską i papryką 1, 7	Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Masło 16,6g Pasta warzywno- mięsna 100g Rzodkiewka 100g Herbata czarna 1 szt. 1, 7	Pasta z białego sera z warzywami 100g Masło 16,6g Ogórek 100g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Herbata czarna 1 szt 1, 7	Pomidor 100g Masło 16,6g Jajko gotowane 60 g 1 szt, szynka z indyka 30g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Herbata czarna 1 szt 1, 7	Masło 16,6g papryka 100g Pasta z makreli 80g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Herbata czarna 1 szt 1, 7	Masło 16,6g Sałatka ryżowa z kurczakiem 120g Ogórek kiszony 80g Herbata czarna 1 szt Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) 1, 7	Masło 16,6g Twarożek wiejski 100g Dżem niskosłodzony 30g Rzodkiewka 100g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) Herbata czarna 1 szt 1, 7	Masło 16,6g Papryka żółta 120g Pasta jajeczna 100g Bułka graham + kromka pieczywa razowego (90g) 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.