

# DIETA BOGATOBIAŁKOWA - ALERGENY (20-26.07.2024.R.)

Sobota 20.07.2024 r	Niedziela 21.07.2024	Poniedziałek 22.07.2024	Wtorek 23.07.2024	Środa 24.07.2024	Czwartek 25.07.2024	Piątek 26.07.2024
<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>
Platki ryżowe na mleku 200g Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Ser biały 100 g Ogórek świeży 100g Kalarepa plastry 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 4, 7)	Platki owsiane z mlekiem 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser biały 80 g, szynka z indyka 40g Ogórek kiszony 100g, papryka czerwona 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Platki owsiane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Połędwica sopocka 60g Papryka czerwona 100g, Roszponka 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Platki jęczmienne na mleku 200g Masło 16,6g Sałatka ryżowa z kurczakiem 120g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Ogórek małosolny 100g, pomidorki koktajlowe 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Ryż basmati na mleku 200g Paszтет mięsny min. 80 % mięsa 80g Papryka czerwona 100g, rukola 10g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Platki jaglane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser żółty (40g) Połędwica z piersi kurczaka 60g Cukinia grillowana z ziołami 100g, Pomidorki koktajlowe 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Kluski lane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Serek wiejski 100g Dżem 60g Pomidor 120g, sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)
<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>
Jogurt naturalny skyr 150g (7)	Winogrono czerwone 100g + gorzka czekolada 20g (7)	Kefir naturalny 150g (7)	Wafle ryżowe z brązowego ryżu 30g	Jogurt owocowy 150g (7)	Sok przecierowy marchwiowo-bananowy (200g)	Kanapki z pastą z fasoli i ogórkami kiszonymi 2 szt (1, 7)
<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>
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 Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, ogórkiem, pomidorem 150g 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 pęczak 200g Surówka z marchewki, jabłka, selera z orzechami 120g Kompot 200 ml (1, 7, 9)	Zupa fasolowa 400g Pierogi z mąki pszennej z mięsem drobiowo-wieprzowym gotowane 250g Sałata lodowa z pomidorem i vinegretem 150 g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa brokułowa bez mąki i śmietany z grzankami 400g Pieczone udko z włoszczyzną 140 g Ziemniaki gotowane 300g Tagiatelle warzywne 150g 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 ziemniakami 400g Ziemniaki 300g Pulpety rybne z natką pietruszki 140g Surówka z kapusty kiszonej 150g Kompot 200 ml (1, 3, 4, 7, 9)
<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>
Chalka z kruszonką 80g (1, 3, 7)	Budyń jaglany 150g (1)	Melon 150 g	Jabłko 80g + masło orzechowe 100% (8)	Banan 100g	Serek homogenizowany smakowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g + Nektarynka 100g (7)
<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>
Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Połędwica wieprzowa luksusowa 60g Pomidor 100g, sałata 10g Jajko gotowane (60g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta rybna z tuńczykiem 60g Ser żółty 40 g Rzodkiewka 100g, ogórek 40g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Twarożek ze szczypiorkiem 100g Szynka wiejska 40g Pomidor 100g, pióra czerwonej cebuli 10g 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 Ogórek świeży 100g, sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Ser biały 100g Połędwica z indyka 40g Rzodkiewka 100g, szczypiorek 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta jajeczna 80g Szynka delikatesowa z kurczaka 40g Ogórek świeży 100g, sałata 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 czerwona 100g Ser żółty 80g 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 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.

**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.

