

# DIETA BOGATOBIAŁKOWA - ALERGENY (25-31.05.2024.R.)

Sobota 25.05.2024 r	Niedziela 26.05.2024	Poniedziałek 27.05.2024	Wtorek 28.05.2024	Środa 29.05.2024	Czwartek 30.05.2024	Piątek 31.05.2024
<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>
Płatki ryżowe na mleku 200g Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta mięsna 100g Ogórek kiszony 100g, pomidor 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 4, 7)	Płatki owsiane z mlekiem 200g Ogórek 80g Pasta rybna z tuńczykiem 60g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser żółty 40g, papryka 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Płatki owsiane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Papryka 60g, szczypiorek 10g Pasta z czerwonej fasoli (60g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Polędwica sopocka 60g (1, 7)	Płatki jęczmienne na mleku 200g Masło 16,6g Salatkaryżowa z kurczakiem 120g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pomidorki koktajlowe 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Ryż basmati na mleku 200g Dymia gotowana 100g, cykorcia 10g Pasztet pieczony 40g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Pasta z czerwonej soczewicy 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9, 11)	Płatki jaglane na mleku 200g ogórek małosolny 60g, pomidorki koktajlowe 60g Polędwica z piersi kurczaka 40g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Ser żółty (40g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Kluski lane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Dżem 60g Pomidor 120g, sałata 10g ser żółty 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 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 150g z borówką 50g (7)	Kiwi 100g + gorzka czekolada 20g (7)	Budyń jaglany 150g	Jabłko 100g,	Ciastka maślane 50g (1, 7)	Sok przecierowy marchwiowo-bananowy (200g) (9)	Kanapki z pastą z fasoli i ogórkami świeżymi 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 kapusta gotowana 120g 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 kus kus 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 Ziemniaki gotowane 300g z jajem sadzonym (2szt) Sałata z jogurtem naturalnym (100g) Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g Kasza bulgur z warzywami i kurczakiem 300g Fasolka szparagowa 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pomidorowa z ziemniakami 400g Ziemniaki 300g 140g Filet z ryby smażony 140g Surówka z kapusty kiszzonej 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>
chałka z kruszonką 80g	Kefir 150g + truskawki 100g (7)	Melon 150 g	Jogurt owocowy 150g (7)	Banan 100g	serek homogenizowany 150g (7)	Jogurt naturalny 150g + arbuź 200g
<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) Polędwica wieprzowa luksusowa 60g Pomidor 100g, sałata 10g Jajko gotowane (60g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Ser biały 80g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Rzodkiewka 50g, ogórek kiszony 40g Szynka z indyka 40g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasztet pieczony 90g Pomidor 100g, roszponka 10g, Szynka wiejska 40g 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 marchewka tarta 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Ser biały 100g Rzodkiewka 100g, szczypiorek 10g Polędwica z indyka 40g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta jajeczna 80g ogórek świeży 100g Szynka delikatesowa z kurczaka 40g, natka pietruszki 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 zielona 100g ser żółty 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3, 7, 9)
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

**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.