

# DIETA PAPKOWATA; 20-26.04.2024r. (ALERGENY)

Sobota 20.04.2024	Niedziela 21.04.2023	Poniedziałek 22.04.2024	Wtorek 23.04.2024	Środa 24.04.2024	Czwartek 25.04.2024	Piątek 26.04.2024
<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>
Płatki jęczmienne z mlekiem 200g Pomidor 120g, cykorja 10g Pasta warzywno- mięsna 100g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 3, 7, 9</b>	Płatki ryżowe pełnoziarniste z mlekiem 200g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 16,6g Polędwica drobiowa 60g Papryka żółta 100g, sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Sałata 10g <b>1, 3, 7</b>	Płatki jaglane na mleku 200g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 16,6g Papryka zielona 80g. rzodkiewka 40g szynka chłopska 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 3, 7</b>	Ryż basmati z mlekiem 200g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 16,6g Ogórek 100g Twarożek ze szczypiorkiem 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 3, 7</b>	Płatki orkiszowe z mlekiem 200g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 16,6g Polędwica z piersi kurczaka 60g Pomidor 120g, szczypiorek 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 7</b>	Płatki jaglane na mleku 200g Masło 16,6g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Ogórek 100g Pieczony pasztet sojowy 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 3, 7, 9</b>	Płatki owsiane na mleku 200g Masło 16,6g Ser żółty 60g, rozszponka 10g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Tradycyjna sałatka jarzynowa 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 3, 7, 9</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>	<b>II ŚNIADANIE</b>
Kisiel owocowy 150g	Jogurt owocowy 150g <b>7</b>	Budyń jaglany 150g <b>7</b>	Sok owocowy 150g <b>1</b>	Galaretki owocowa 150g	Mus gruszkowy 150g	Smoothie z kiwi i jabłka 150g
<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>
Zupa ryżanka z ryżu basmati 400g Ziemniaki z koperkiem 300g Jajka sadzone z bazylią 120g Mizeria 140g Kompot 200 ml <b>1, 3, 7, 9</b>	Rosół z lanymi kłuskami z mąki pełnoziarnistej 400g Kasza gryczana niepalona 200g Schab duszony z sosem pieczarkowym 140g Fasolka szparagowa gotowana 140g Kompot 200 ml <b>1, 3, 7, 9</b>	Zupa kalafiorowa bez śmietany i mąki z makaronem durum 100% 400g Łopatka pieczona z sosem pieczeniowym 140g Surówka z tartej marchewki, selera i pomarańczy 140g ryż 200g Kompot 200 ml <b>1, 3, 7, 9</b>	Zupa jarzynowa bez śmietany z ziemniakami i fasolką szparagową 400g Potrawka z kurczaka z warzywami 140g Kasza jęczmienna perłowa 200g Buraki z jabłkami 140g Kompot 200 ml <b>1, 3, 7, 9</b>	Zupa krupnik z kaszą 400g Spaghettabolońskie 300g Kompot 200 ml <b>1, 3, 7, 9</b>	Zupa buraczkowa z ziemniakami 400g Kluski leniwe z jogurtem naturalnym i borówkami 300g Kompot 200 ml <b>1, 3, 7, 9</b>	Zupa koperkowa bez śmietany 400g Ryż z natką pietruszki 200g Surówka z kapusty kiszzonej 140g Ryba smażona 140g Kompot 200 ml <b>1, 3, 4, 7, 9</b>
<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>
Sok warzywny 150g	Mus jabłkowy 120g	Smoothie z banana i gruszki 100g	Kefir 150g	Jogurt naturalny 150g	Sok pomarańczowy 150g	Jogurt owocowy 150g
<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>
Polędwica sopočka 60g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 16,6g Rzodkiewka 100g Ser żółty 30g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 3, 7</b>	Pasta z białego sera z warzywami 100g Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 16,6g Ogórek 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 7</b>	Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Pomidor 40g Jajko gotowane 60 g 1szt, szynka z indyka 30g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 7</b>	Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 16,6g papryka 100g Pasta z makreli 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 7</b>	Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 16,6g Sałatka ryżowa z kurczakiem 120g Ogórek kiszony 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 7</b>	Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 16,6g Ser biały 100g Rzodkiewka 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 7</b>	Bułka angielska + kromka pieczywa pszennego(90g) Masło 16,6g Cukinia grillowana z ziołami 100g Pasta jajeczna 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <b>1, 3, 7</b>
K: 2345.2/B: 97.7 T: 75.1/WP: 299.6 F: 28.8/WW: 29.6	K: 2345.2/B: 97.7 T: 75.1/WP: 299.6 F: 28.8/WW: 29.6	K: 2345.2/B: 97.7 T: 75.1/WP: 299.6 F: 28.8/WW: 29.6	K: 2345.2/B: 97.7 T: 75.1/WP: 299.6 F: 28.8/WW: 29.6	K: 2345.2/B: 97.7 T: 75.1/WP: 299.6 F: 28.8/WW: 29.6	K: 2345.2/B: 97.7 T: 75.1/WP: 299.6 F: 28.8/WW: 29.6	K: 2345.2/B: 97.7 T: 75.1/WP: 299.6 F: 28.8/WW: 29.6

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.

**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.