

DIETA PAKOWATA; 20.01.24 – 26.01.24 (ALERGENY)

Sobota 20.01.24	Niedziela 21.01.24	Poniedziałek 22.01.24	Wtorek 23.01.24	Środa 24.01.24	Czwartek 25.01.24	Piątek 26.01.24
<p>ŚNIADANIE</p> <p>Ogórek kiszony 80g Pasta jajeczna 100g Płatki gryczane z mlekiem 200g Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 3, 7</u></p> <p>II śniadanie</p> <p>Mus jabłkowy 120g</p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Twarożek ze szczypiorkiem 100g Płatki jaglane z mlekiem 200g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g papryka 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 3, 7, 9</u></p> <p>II śniadanie</p> <p>Sok wielowarzywny 250 ml</p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Płatki owsiane na mleku 200g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g rzodkiewka 40g Szynka wiejska 40g Pasta z czerwonej soczewicy 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 7, 11</u></p> <p>II śniadanie</p> <p>jogurt owocowy 120g <u>7</u></p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Płatki orkiszowe pełnoziarniste na mleku 200g ser żółty 60g; Masło 16,6g szynka wiejska 30g Pieczywo mieszane 90g Pietruszka gotowana z natką 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 3, 7</u></p> <p>II śniadanie</p> <p>kisiel owocowy 150g</p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Pastarybna (z tuńczykiem) 100g Płatki ryżowe na mleku 200g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g Pomidor 80g Poledwica wieprzowa luksusowa 40g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 3, 4, 7</u></p> <p>II śniadanie</p> <p>Sok jabłkowy 250 ml</p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Ryż basmati na mleku 200g Rzodkiewka 80g Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Szynka delikatesowa z kurczaka 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 7</u></p> <p>II śniadanie</p> <p>mus owocowy 120g</p>	<p>ŚNIADANIE</p> <p>Dżem 30g Płatki żytnie na mleku 200g Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Pomidor 80g ser biały 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 7, 9</u></p> <p>II śniadanie</p> <p>Budyń jaglany 150 g <u>7</u></p>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
<p>Zupa buraczkowa z ziemniakami 400g Spaghetti bolońskie z cebulii czosnku 300g Kompot 200 ml <u>1, 3, 7, 9</u></p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Sok wieloowocowy 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem, marchewką i natką pietruszki 400g Ziemniaki z koperkiem 200g schab duszony w sosie 140g Marchewka z groszkiem 120g Kompot 200 ml <u>1, 3, 7, 9</u></p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>jogurt naturalny 140g <u>7</u></p>	<p>Zupa pomidorowa bez śmietany z makaronem 400g Pampuchy z jogurtem naturalnym 300 g (3 sztuki) Kompot 200 ml <u>1, 3, 7</u></p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Galaretka owocowa 150g</p>	<p>Zupa ogórkowa 400g Gulasz wieprzowy 140g Buraczki na ciepło 120g Kasza jęczmienna 200g Kiełbasa 200g Kompot 200 ml <u>1, 7, 9</u></p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Mus gruszkowy 120g</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 400g siekanie gołąbki na parze w sosie własnym 140g Surówka z tartej marchewki 120g ziemniaki 200g Kompot 200 ml Kiełbasa 100g <u>1, 3, 7, 9</u></p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Kefir 150g <u>7</u></p>	<p>Żurek z jajkiem i kiełbasą 400g Kaszotto z kalafiozem, bukiem i warzyw 300g Kompot 200 ml mandarynka 100g <u>1, 3, 7, 9</u></p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Kisiel owocowy 150 g</p>	<p>Krupnik 400g Ryba z warzywami gotowana na parze 140g Ryż 200g Sałata z jogurtem naturalnym 120g Kompot 200 ml chałka z kruszonką 80g <u>1, 3, 4, 7, 9</u></p> <p>PODWIECZOREK</p> <p>Chałka z kruszonką 80g <u>1, 7</u></p>
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
<p>Szynka bankietowa 60g Pomidor ze szczypiorkiem 80g Pieczywo mieszane 90g Poledwica luksusowa 60g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 7</u></p>	<p>Sałata jarzynowa 80g ser żółty 30g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g Ogórek 40g Pasta jajeczna z tuńczykiem 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 3, 4, 7, 9</u></p>	<p>Ogórek 80g Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Poledwica z indyka 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 7</u></p>	<p>Pomidor 80g Szynka z piersi kurczaka 60g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g Szynka wiejska 40g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 7</u></p>	<p>Masło 16,6g rzodkiewka 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Pieczywo mieszane 90g pasta rybna (z tuńczykiem) 100g 1,7</p>	<p>Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g Ryba po grecku 100g Sałata 30g Poledwica sopocka 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 4, 7</u></p>	<p>Ogórek 80g Ser żółty 40g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g Pasta z czerwonej fasoli 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka <u>1, 7, 11</u></p>
<p>K: 2383.9 / B: 118.1 T: 77.1 / WP: 282.1 F: 36.3 / WW: 27.7</p>	<p>K: 2397.2 / B: 127.0 T: 80.3 / WP: 273.0 F: 29.0 / WW: 26.9</p>	<p>K: 2391.8 / B: 108.4 T: 86.7 / WP: 275.8 F: 29.5 / WW: 27.3</p>	<p>K: 2371.5 / B: 116.1 T: 87.5 / WP: 259.0 F: 32.0 / WW: 25.6</p>	<p>K: 2427.1 / B: 111.6 T: 80.5 / WP: 295.2 F: 31.9 / WW: 29.2</p>	<p>K: 2391.8 / B: 130.0 T: 83.7 / WP: 255.0 F: 37.0 / WW: 25.3</p>	<p>K: 2397.7 / B: 107.0 T: 68.1 / WP: 318.5 F: 31.5 / WW: 31.8</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.

Każde danie może zawierać śladowe ilości każdego z alergenów, który znalazł się tam w sposób przypadkowy, np. w 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 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.